

Urheilija vai opiskelija? Roolien välinen tasapaino ja taustatekijöiden
yhteys urheilulukiolaisten identiteettiin

Pro gradu -tutkielma

Turun yliopisto

Psykologian ja logopedian
laitos

Psykologia

Laura Koivusalo

Toukokuu 2017

Turun yliopiston laatujärjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin Originality Check -järjestelmällä.

TURUN YLIOPISTO

Psykologian ja logopedian laitos/Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta

KOIVUSALO, LAURA: Urheilija vai opiskelija? Roolien välinen tasapaino ja taustatekijöiden yhteys urheilulukiolaisten identiteettiin

Pro gradu -tutkielma, 27 s.

Psykologian oppiaine

Toukokuu 2017

TIIVISTELMÄ

Tässä tutkimuksessa lukioikäisten nuorten kykyä yhdistää opinnot ja urheilu tarkasteltiin identiteetin näkökulmasta. Erityisesti oltiin kiinnostuneita siitä, missä määrin nämä roolit ovat tasapainossa tai epätasapainossa keskenään ja millaiset tekijät siihen vaikuttavat. Aiempi kaksoisuratutkimus on keskittynyt opintojen ja urheilun yhdistämisen haasteisiin, mutta yksilön kehitykseen liittyvät näkökulmat ovat jääneet taka-alalle. Tässä tutkimuksessa tutkittiin ensin opiskelija- ja urheilijaidentiteetin voimakkuuksien eroja koko aineistossa sekä tyttöjen ja poikien välillä. Toiseksi selvitettiin, millaisia identiteettiprofiililtaan erilaisia ryhmiä nuorilla urheilijoilla on havaittavissa lukion alussa sekä miten sukupuoli, urheilulaji, urheiluun liittyvät tavoitteet sekä urheilu- ja opintomenestys selittävät tiettyyn identiteettiryhmään kuulumista. Tutkimus on osa ”Winning in the Long Run” –tutkimushanketta, jossa seurataan kilpa- ja huippu-urheilussa lahjakkaiden nuorten psykososiaalista kehitystä ja akateemista suuntautumista lukiovuosien aikana urheiluun liittyvän urakehityksen rinnalla. Syksyllä 2015 suoritettuun kyselytutkimukseen osallistui 391 urheilulukion ensimmäisellä luokalla olevaa nuorta ympäri Suomen. Nuorten identiteettiä arvioitiin kahdella lomakkeella: opiskelijaidentiteetin voimakkuutta mitattiin SIMS- ja urheilijaidentiteetin voimakkuutta AIMS -kyselylomakkeilla. Tulokset osoittivat nuorten urheilijaidentiteetin olevan opiskelijaidentiteettiä voimakkaampi. Sukupuolella ja identiteetillä oli yhdysvaikutus; tyttöjen opiskelijaidentiteetti oli voimakkaampi kuin poikien, mutta urheilijaidentiteetin suhteen sukupuolten välillä ei havaittu eroa. Tutkimus osoitti nuorilla olevan erilaisia identiteettiprofiileja: tasapainoinen (34 %), jäsentymätön (37 %) ja urheilijapainotteinen (29 %) identiteetti. Hyvä opintomenestys, korkeat tavoitteet urheilussa ja naissukupuoli olivat yhteydessä tasapainoiseen identiteettiin. Heikko opintomenestys, talviolympialaji, korkeat tavoitteet urheilussa sekä miessukupuoli puolestaan voimistivat urheilijapainotteista identiteettiä. Miessukupuoli ja muihin ryhmiin verrattuna matalammat tavoitteet urheilussa olivat yhteydessä jäsentymättömään identiteettiin. Tutkimuksen perusteella voidaan todeta kyvyn tasapainoilla urheilijan ja opiskelijan roolien välillä olevan monen tekijän summa. Tukipalveluiden kehittäminen, oikein kohdistetut interventiot sekä valmentajien ja vanhempien ymmärrys nuoruusiän identiteetin kehittymisestä kilpaurheilun kontekstissa ovat nuorten tasapainoisen identiteetin kehityksen kannalta tärkeitä teemoja tulevaisuudessa.

Avainsanat:, identiteetti, opiskelijaidentiteetti, urheilijaidentiteetti, kaksoisura, lukio, nuori

Sisällys

1. JOHDANTO	1
1.2 Identiteetin kehittyminen nuoruudessa.....	3
1.3 Opiskelija- ja urheilijaidentiteetti	4
1.4 Tasapainoilu opiskelijan ja urheilijan roolien välillä	5
1.5 Taustatekijöiden yhteys opiskelija- ja urheilijaidentiteetteihin.....	7
1.6 Tutkimuksen tarkoitus ja tavoitteet	9
2. MENETELMÄT	12
2.1 Tutkimusasetelma ja tutkittavat.....	12
2.2 Mittarit.....	12
2.2.1 Opiskelija- ja urheilijaidentiteetti	12
2.2.2 Taustatekijät.....	13
2.3 Tilastolliset menetelmät.....	14
3. TULOKSET	15
3.1 Opiskelija- ja urheilijaidentiteetti	15
3.2 Identiteettiryhmät	16
3.3 Taustatekijöiden yhteys identiteettiryhmään.....	17
4. POHDINTA	19
4.1 Opiskelija- ja urheilijaidentiteetti	20
4.2 Identiteettiryhmät	21
4.3 Taustatekijöiden yhteys identiteettiryhmään.....	22
4.4 Tutkimuksen rajoitukset ja vahvuudet.....	24
4.5 Johtopäätökset ja jatkotutkimus	25
LÄHTEET	28

1. JOHDANTO

Ajankohtaiseksi tutkimusteemaksi urheilupsykologiassa on 2000-luvulla noussut kaksoisuratutkimus (Ryba, Aunola, Ronkainen, Selänne, & Kalaja, 2016a; Stambulova, Engström, Franck, Linnér, & Lindahl, 2015). Urheilijan kaksoisuralla tarkoitetaan urheilun ja opiskelun tai urheilu- ja työuran yhdistämistä. Parhaimmillaan urheilu- ja akateeminen ura tukevat toinen toisiaan (Chen, Snyder, & Magner, 2010). Esimerkiksi nuoren opiskelijaurheilijan onnistunut kaksoisura tarkoittaa urheilun ja opintojen yhdistämistä siten, että se auttaa yksilöä saavuttamaan sekä opintoihin että urheiluun liittyvät tavoitteet, ylläpitää terveyttä ja hyvinvointia sekä lisää elämäntyytyväisyyttä (Stambulova ym., 2015).

Tasapainoilu opiskelijan ja urheilijan roolien välillä sekä niihin liittyvien odotusten täyttäminen voi kuitenkin olla nuorelle hyvin kuormittavaa (Brown, Glastetter-Fender, & Shelton, 2000; Cosh & Tully, 2014). Tutkimustulokset ovat yhdenmukaisia sen suhteen, että lahjakkaat nuoret urheilijat, jotka opiskelevat lukiossa tai korkeakoulussa, kokevat haastavaksi suoriutua samanaikaisesti kykyjensä mukaisesti urheilun ja opiskelun asettamista vaatimuksista (Christensen & Sorensen, 2009; Lally & Kerr, 2005; O'Neill, Allen, & Calder, 2013; Stambulova ym., 2015). Kun yksilö kohtaa vaikeuksia roolien tasapainottamisessa, usein nimenomaan urheilijan rooli ja siihen liittyvät tavoitteet asetetaan etusijalle (Adler & Adler, 1991; Cosh & Tully, 2014; Gröhn & Riihivuori, 2008; Pummell, Harwood, & Lavallee, 2008; Yrjölä, 2011). Molemmat roolit ovat kuitenkin merkityksellisiä nuoren kehitykselle ja hyvinvoinnille ja siksi niiden tasapuolinen tukeminen ja kehittäminen on tärkeää (Snyder & Spreitzer, 1992). Sitä, kuinka moni onnistuu tai epäonnistuu tasapainoilemaan roolien ristipaineessa tai millaiset tekijät siihen vaikuttavat, ei ole aiemmin tutkittu.

Aiemmissä tutkimuksissa on sen sijaan keskitytty kaksoisuran haasteisiin urheilu-uraan ja koulutukseen liittyvissä siirtymäkohdissa. Niillä tarkoitetaan esimerkiksi opintoihin liittyvää vaatimusten kasvua siirryttäessä toisen tai korkea-asteen koulutukseen sekä harjoitusmäärien lisääntymistä erikoistuttaessa tiettyyn urheilulajiin tai siirryttäessä juniorisarjasta aikuistensarjaan (Ryba ym., 2016b; Wylleman & Lavallee, 2004; Wylleman, Reints & De Knop 2013). Vaikka yksi merkittävimmistä siirtymäkohdista ajoittuu toiselle asteelle, on suurin osa aiemmista tutkimuksista keskittynyt opintojen ja urheilun yhdistämiseen korkea-asteella.

Tutkimuksen tekemisestä toisella asteella voidaan perustella monin tavoin. Ensinnäkin Suomessa mahdollisuudet yhdistää opinnot ja urheilu ovat keskittyneet pääasiassa toiselle asteella erilaisten urheiluoppilaitosten muodossa. Esimerkiksi Pääkaupunkiseudun Urheiluakatemia, joka koordinoi alueen kaksoisuraan liittyvää toimintaa, jäsenistä vain 16 % opiskelee korkea-asteella ja peräti 84 % toisella asteella (Pääkaupunkiseudun urheiluakatemia, 2017). Toiseksi suomalaisnuorten kilpaurheilu-ura on vahvasti keskittynyt tähän ikävaiheeseen ja moni lopettaa urheilun toisen asteen opintojen aikana tai niiden päätyttyä. Kolmanneksi yksilön psykologisen kehityksen näkökulmasta ikävuodet 15–18 ovat merkittävä siirtymävaihe varhaisnuoruudesta kohti aikuisuutta (Anttila ym., 2007).

Tässä tutkimuksessa lähestyn kaksoisuraa ja siihen liittyviä haasteita identiteetin näkökulmasta, sillä identiteetin muodostaminen on yksi tärkeimmistä nuoruusiän kehitystehtävistä (Erikson, 1968), jonka onnistumisella on merkittäviä vaikutuksia yksilön psyykkiseen hyvinvointiin aikuisuudessa (Fadjukoff, 2007; Meeus, Iedema, Helsen, & Vollebergh, 1999). Lisäksi tutkimustulokset ovat johdonmukaisesti osoittaneet opiskelijaurheilijoilla olevan voimakas urheilijaidentiteetti (Chen ym., 2010; Engström, 2011; Gröhn & Riihivuori, 2008; Stambulova ym., 2015; Yrjölä, 2011). Tietoa siitä, miten voimakas urheilijaidentiteetti vaikuttaa opiskelijan rooliin sitoutumiseen suomalaisilla nuorilla, ei kuitenkaan toistaiseksi ole. Kaksoisuraa suorittavilla nuorilla voimakkaan urheilijaidentiteetin kehittyminen voi tapahtua opiskelijaidentiteetin kustannuksella. Nuoret saattavat keskittyä yksipuolisesti urheilu-uraan ja siihen liittyviin tavoitteisiin, vaikka vain harva saavuttaa ammattilastason urheilussa.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, millaisia profiloituja ryhmiä opiskelija- ja urheilijaidentiteetin perusteella on havaittavissa 15–16-vuotiailla nuorilla lukion alussa. Lisäksi tutkin, miten sukupuoli, urheilulaji, urheiluun liittyvät tavoitteet sekä urheilu- ja opintomenestys ovat yhteydessä opiskelija- ja urheilijaidentiteettien voimakkuuksien perusteella muodostettuihin identiteettiprofiileihin. Tutkimus on osa Jyväskylän yliopiston ja Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskuksen (KIHU) ”Winning in the Long Run” -kaksoisuraprojektia, jossa tutkitaan kilpa- ja huippu-urheilussa lahjakkaiden nuorten psykososiaalista kehitystä ja akateemista suuntautumista lukiovuosien aikana urheiluun liittyvän urakehityksen rinnalla.

1.2 Identiteetin kehittyminen nuoruudessa

Kehityopsykologiassa identiteetillä tarkoitetaan yksilön käsitystä itsestään ja sitä, miten muut näkevät hänet sekä yksilön subjektiivista kokemusta persoonallisuuden johdonmukaisuudesta ja jatkuvuudesta (Grotevant, 1998). Identiteettiin kuuluu käsitys itsen erillisyydestä, yksilön persoonallisuudesta sekä sosiaalisista rooleista (Erikson, 1968, 1982). Identiteetin kehittyminen on nuoruusiän keskeinen kehitystehtävä, jonka onnistuminen synnyttää kokemuksen persoonallisuuden pysyvyydestä ajasta ja paikasta riippumatta. Hyvin kehittynyt identiteetti kuvastaa tervettä persoonallisuutta ja synnyttää tunteen jatkuvuudesta ja elämän merkityksellisyydestä (Kroger, 2007).

Marcian (1966, 1980) mukaan identiteetin muodostumisen perustana ovat erilaisten roolien kokeileminen ja niihin sitoutuminen. Identiteetin kehitys on yksilöllinen prosessi, joka on jaettu etsinnän ja sitoutumisen suhteen neljään eri vaiheeseen. Epäselvän tai jäsentymättömän (*diffusion*) identiteetin vaiheessa yksilöllä ei ole selkeää identiteettiä eikä hän aktiivisesti etsi sitä. Identiteetin etsintävaiheessa (*moratorium*) yksilö etsii ja kokeilee aktiivisesti vaihtoehtoisia identiteettejä muodostaakseen koherentin käsityksen itsestään. Omaksuttu identiteetti (*foreclosure*) puolestaan syntyy, kun yksilö vaihtoehtoja kartoittamatta sisäistää vanhempien tai muiden ympäristönsä auktoriteettien arvot ja normit osaksi identiteettiään. Se on usein seurausta yksilön halusta sitoutua sellaisiin rooleihin, joista häntä on aiemmin palkittu. Identiteetin saavuttaminen (*achievement*) tarkoittaa vaihetta, jossa yksilö on etsinnän ja kokeilun kautta saavuttanut suhteellisen vakaan käsityksen omasta identiteetistään. Siihen kuuluu esimerkiksi ammatinvalintaan ja elämäntapaan liittyvät päätökset, joihin yksilö on päättänyt harkittuaan useita vaihtoehtoja. Identiteetin saavuttamisen vastakohtana on Eriksonin (1968) mukaan roolihämmennys (*role confusion*), joka tarkoittaa sitä, ettei yksilö kykene määrittelemään identiteetilleen keskeisiä rooleja ja sitoutumaan niihin.

Vaikka identiteetin kehitys jatkuu pitkälle aikuisuuteen (Kroger, 2007; Fadjukoff, 2007), erilaisten roolien kokeileminen ja vaihtoehtojen kartoittaminen korostuvat erityisesti nuoruudessa, jolloin ihminen etsii omia arvojaan ja tapaansa elää sekä alkaa tehdä tulevaisuuteen vaikuttavia valintoja esimerkiksi koulutuksen ja ammatinvalinnan suhteen (Erikson, 1968; Waterman, 2004). Sosiaalisella ympäristöllä ja tuella on tässä erityinen merkitys, sillä yksilön persoonallisuus kehittyy vuorovaikutuksessa toisten kanssa ja nuori etsii aktiivisesti erilaisia malleja ympäristöstään (Erikson 1968; 1982). Ulkopuoliset toiveet, ihanteet ja vaatimukset vaikuttavat siihen, millaisia asioita nuori

tavoittelee omassa elämässään. Lisäksi nuori kaipaa ratkaisuilleen toisten hyväksyntää, jolloin nuorelle syntyy kokemus hyväksytyksi tulemisesta omana itsenään ja hänen identiteettinsä vahvistuu.

Ympäristön tuen lisäksi identiteetin kehitykselle ovat tärkeitä vapaaehtoiset aktiviteetit, jotka tarjoavat nuorille mahdollisuuksia kartoittaa omia kiinnostuksen kohteitaan, lahjakkuuksiaan ja taitojaan (Sharp, Coatsworth, Darling, Cumsille, & Ranieri 2007; Waterman, 2004). Onnistumisen kokemuksia ja tavoitteellista toimintaa tarjoavat harrastukset, jotka nuori kokee itselleen tärkeiksi (Fadjukoff, 2007; Sharp ym., 2007; Waterman 2004), merkitsevät ihmissuhteet sekä kokemukset ryhmään kuulumisesta tukevat identiteetin kehittymistä nuoruudessa ja varhaisaikuisuudessa (Kroger, 2007). Lisäksi suomalaistutkimuksessa varhaisnuoruuden koulumenestys ennusti myönteistä identiteetin kehitystä ja kypsän identiteetin saavuttamista aikuisuudessa (Fadjukoff, 2007). Heikko koulumenetyks ja matala koulutustaso puolestaan näyttäisivät olevan yhteydessä identiteetin jäsentymättömyyteen ja niitä voidaan pitää riskitekijöinä tasapainoisen identiteetin kehitykselle (Fadjukoff, 2007; Pop, Negru-Subtirica, Crocetti, Opre, & Meeus, 2016). Edellä esitetyn perusteella voidaan ajatella sekä urheiluun osallistumisen että opintojen olevan hyvin merkityksellisiä tekijöitä nuoruusiän identiteetin kehityksessä.

1.3 Opiskelija- ja urheilijaidentiteetti

Tässä tutkimuksessa urheilijanuorten identiteettiä lähestytään urheilun ja opiskelun näkökulmasta. Urheilijaidentiteetillä tarkoitetaan sitä, kuinka paljon yksilö samastuu urheilijan rooliin, eli missä määrin nuori kokee olevansa nimenomaan urheilija (Brewer, Van Raalte, & Linder, 1993). Opiskelijaidentiteetillä puolestaan viitataan opiskelijan rooliin samastumisen voimakkuuteen (Engström, 2011; Stambulova ym., 2015). Brewerin ja kumppaneiden (1993) määritelmän mukaan urheilijaidentiteetti ymmärretään ensinnäkin kognitiivisena rakenteena, joka ohjaa ja organisoii minään liittyvää informaatiota. Toiseksi urheilijaidentiteetti nähdään sosiaalisena roolina, jonka yksilö on sisäistänyt osaksi minäkäsitystään muilta saadun palautteen perusteella (esim. vanhempien, joukkueetovereiden ja valmentajan antama palaute), joka vahvistaa kuvaa itsestä urheilijana. Sosiaalisen samastumisen voimakkuuden lisäksi urheilijaidentiteettiin liittyy roolin affektiivinen ja eksklusiivinen ulottuvuus. Affektiivisuudella tarkoitetaan emotionaalisen reagoinnin voimakkuutta yksilön

epäonnistuksessa täyttää urheilijan rooliin liittyviä odotuksia. Eksklusiivisuudella viitataan urheilun ulkopuolisten roolien puuttumiseen.

Yleensä urheilijaidentiteettiä on käytetty mittarina kuvaamaan sitä, kuinka paljon yksilöt arvostavat urheiluun liittyviä kokemuksiaan tai antavat elämässään painoarvoa urheilulle sekä miten he odottavat menestyvänsä urheilussa (Crossbard ym., 2009; Lally & Kerr, 2005; Miller & Kerr, 2003; Cox & Whaley, 2004). Voimakas urheilijaidentiteetti näkyy pitkäjänteisenä sitoutumisena harjoitteluun sekä urheiluun liittyviin tavoitteisiin (Chen, Snyder, & Magner, 2010). Yksilöt, joilla on voimakas urheilijaidentiteetti, ovat kilpailuhenkisiä, keskittyvät enemmän voittamiseen ja urheiluun liittyviin tavoitteisiin (Brewer ym., 1993). Opiskelijaidentiteettiä lähestytään tässä tutkimuksessa urheilijaidentiteettiä vastaavalla tavalla, siten että perusteena ovat opiskeluun liittyvät tekijät. Opiskelijaidentiteetin voimakkuus kuvastaa tässä sitä, kuinka sitoutuneita yksilöt ovat opiskeluun ja siihen liittyviin tavoitteisiin sekä kuinka merkityksellistä opinnot ja niissä menestyminen heille on.

1.4 Tasapainoilu opiskelijan ja urheilijan roolien välillä

Huippu-urheilijaksi pyrkiminen vaikuttaa muihin elämän osa-alueisiin ja voi olla riskitekijä nuoruusiän identiteetin kehitykselle. Se saattaa rajoittaa muiden roolien kokeilemistä, itsenäisyyden kehittymistä sekä hidastuttaa kypsien vertaissuhteiden luomista (Warriner & Lavalley, 2008). Aikaa vievän harjoittelun ja kilpailuihin osallistumisen takia urheilijoilla on vain vähän kokemusta muilta elämän osa-alueilta sekä rooleista urheilukontekstin ulkopuolelta ja heidän sosiaaliset suhteensa rajoittuvat usein urheiluympäristöön (Lavalley & Robinson, 2007; Marthinus, 2007; Miller & Kerr, 2002)

Täysipainoinen panostus urheiluun voi johtaa siihen, että identiteetti rakentuu vain urheilun ympärille ja nuoruusiän identiteetin rakentumiseen kuuluva etsintä jää vajavaiseksi. Voimakas urheilijaidentiteetti yhdistettynä muiden roolien laiminlyöntiin lisää tutkimusten mukaan identiteetin kapeutumisen riskiä ja yksipuolisen minäkuvan kehittymistä (Brewer ym., 1993; Good ym., 1993; Murphy, Petitpas, & Brewer, 1996; Lavalley & Robinson, 2007; Pummell ym., 2008), jossa itsearvostus perustuu pääasiassa urheilumenestykseen (Warriner & Lavalley, 2008). Myös Brown ym. (2000) olivat huolissaan siitä, etteivät urheilijat harkitse tai kokeile urheilun ulkopuolisia ura-, koulutus- tai elämäntapavaihtoehtoja. Ilman erilaisten roolien kokeilua yksilön minäkuvan kehitys on rajoittunutta ja vaikeuttaa sopeutumista tilanteissa, joissa yksilö

syystä tai toisesta joutuu luopumaan kyseisestä roolista (Petitpas, 1978). Erilaisten roolien kokeilemisella nuoruudessa on suuri merkitys tasapainoisen identiteetin kehityksessä sekä myöhemmin elämässä urheilu-uran lopettamiseen liittyvän sopeutumisen kannalta ja työelämään siirryttäessä (Lally, 2007; Lavallee & Robinson, 2007; Warriner & Lavallee, 2008; Marthinus, 2007).

Tasapainoisen identiteetin saavuttaminen on haastavaa opiskelijaurheilijoille. Sturmin ym. (2011) tutkimuksessa opiskelija- ja urheilijaidentiteetin havaittiin olevan negatiivisesti yhteydessä toisiinsa eli mitä voimakkaampi urheilijaidentiteetti, sitä heikompi opiskelijaidentiteetti. Toisissa tutkimuksissa taas on oletettu yhtäaikaisen voimakkaan urheilijaidentiteetin ja vahvan sitoutumisen opiskelijan rooliin olevan mahdollista (Brown, ym., 2000; Larry & Kerr, 2005; Snyder & Spreitzer, 1992). Tätä tukee myös ruotsalaisilla ensimmäistä vuotta lukiota käyvillä urheilijoilla tehty tutkimus, jossa voimakkaan urheilijaidentiteetin rinnalla havaittiin heikompi, mutta merkittävä opiskelijaidentiteetti (Stambulova ym., 2015). Menestys urheilussa tai opinnoissa näyttäisi kuitenkin tapahtuvan usein toisen osa-alueen kustannuksella (Lämsä ym., 2014; Miller & Kerr, 2002; O'Neil ym., 2013; Stambulova 2015).

Yhtä mieltä ollaan siitä, että tasapaino urheilun ja muun elämän välillä suojaa yksilöä yksipuolisesti urheiluun perustuvalta identiteetiltä (Lally, 2007; Lavallee & Robinson, 2007; Warriner & Lavallee, 2008). Killeya-Jonesin (2005) mukaan miespuoliset amerikkalaisen jalkapallon pelaajat, jotka kokivat opiskelijan ja urheilijan roolien olevan tasapainossa, olivat tyytyväisempiä elämäänsä ja sopeutuivat paremmin yliopisto-opintojen ja urheilun yhdistämiseen liittyviin haasteisiin. Erityisesti merkityksellistä sopeutumisen ja tyytyväisyyden kannalta oli positiivinen suhtautuminen opiskelijan rooliin. Pelaajat, joiden roolit eivät olleet tasapainossa, kokivat enemmän masennusoireita sekä itsetunnon heikkenemistä. Voimakas urheilijaidentiteetti ja vaikeudet opiskelun ja urheilun yhdistämisessä voivat johtaa esimerkiksi koulunkäynnin laiminlyöntiin. Tanskalaisilla 15–19-vuotiailla lahjakkailta jalkapalloilijoilla haasteet kaksoisuran suorittamisessa näkyivät heikompana koulumenestyksenä, joka hankaloitti opintojen edistymistä ja saattoi pahimmillaan johtaa koulunkäynnin lopettamiseen varhaisessa vaiheessa (Cristensen & Sorensen, 2009). Myös Lally ja Kerr (2005) totesivat voimakkaan samastuminen urheilijan rooliin näkyvän puutteellisina ammattiin ja opintoihin liittyvinä tavoitteina sekä vähäisenä satsaamisena opiskelijan rooliin yliopisto-opintojen alussa.

Tutkimustulosten perusteella voidaan todeta tasapainoisen identiteetin kehittymisen olevan keskeistä nuorten urheilijoiden hyvinvoinnille ja kaksoisuran onnistumiselle. Voidaan myös olettaa, etteivät kaikki nuoret onnistu tasapainoilemaan näiden roolien välillä, vaan urheilijanuorilla voi olla erilaisia identiteetti-profiileja. Tällaisten profiilien olemassaoloa ei kuitenkaan ole aiemmin tutkittu. Lisäksi tasapainoisen opiskelija-urheilija identiteetin psykologisista hyödyistä huolimatta vain vähän tiedetään siitä, miten hyvin yksilöt ovat sitoutuneet kaksoisuran molempiin rooleihin ja niihin liittyviin tavoitteisiin (Marx, Huffmon & Doyle, 2008). Aiemmissa tutkimuksissa ei ole selvitetty sitä, kuinka suurelle osalle tasapainon löytäminen on ongelmallista tai mitkä tekijät siihen vaikuttavat. Tämän tutkimuksen tavoitteena on kartoittaa, minkälaisia erilaisia identiteetti-profiileja nuorilla on urheilulukion ensimmäisellä luokalla ja kuinka tyypillisiä nämä profiilit ovat. Erityisesti olen kiinnostunut siitä, missä määrin nuorten opiskelija- ja urheilijaidentiteetit ovat tasapainossa tai epätasapainossa keskenään sekä millaiset taustatekijät siihen vaikuttavat.

1.5 Taustatekijöiden yhteys opiskelija- ja urheilijaidentiteetteihin

Aiemmat urheilijoilla tehdyt tutkimukset ovat tarkastelleet useiden eri taustatekijöiden yhteyttä urheilija- ja/tai opiskelijaidentiteettiin sekä niiden kehitykseen. Identiteettiin vaikuttavina tekijöinä on aiemmin tutkittu muiden muassa sukupuolta, urheiluun liittyviä tavoitteita sekä urheilu- ja opintomenestystä. Tässä tutkimuksessa tarkoituksena on tarkastella edellä mainittujen muuttujien sekä urheilulajin vaikutuksia opiskelija- ja urheilijaidentiteettien perusteella muodostettuihin profiileihin. Seuraavaksi tutkimuksessa käytettyjä taustatekijöitä tarkastellaan yksityiskohtaisemmin.

Sukupuoli. Sukupuolen on todettu olevan erotteleva tekijä urheilija- ja opiskelijaidentiteetin suhteen yliopistossa opiskelevilla urheilijoilla siten, että naisilla opiskelijaidentiteetti on voimakkaampi kuin miehillä, kun taas miesten urheilijaidentiteetti näyttäisi olevan jonkin verran voimakkaampi kuin naisten (Sturm, Feltz, & Gilson, 2011). Tutkimukset, joissa on ollut mukana myös ei-urheilijat, miehillä on todettu olevan naisia voimakkaampi urheilijaidentiteetti (Brewer ym., 1993; Brewer & Cornelius, 2001; Chen ym., 2010; Peiró-Velert, Valencia-Peris, Fos-Ros, & Devís-Devís, 2016). Tutkimustulokset sukupuolten välisistä eroista urheilijaidentiteetin suhteen ovat kuitenkin olleet usein vain suuntaa-antavia, eikä ole varmuutta siitä, onko miesten urheilijaidentiteetti merkittävästi voimakkaampi kuin naisten. Esimerkiksi Yhdysvalloissa yliopistossa opiskelevilla urheilijoilla tehdyissä tutkimuksissa ei

havaittu eroa urheilijaidentiteetissä naisten ja miesten välillä (Chen, Snyder, & Magner, 2010; Murphy ym., 1996). Lisäksi Cox ja Whaley (2004), jotka tutkivat lukioikäisiä yhdysvaltalaisia koripalloilijoita, eivät havainneet sukupuolten välillä eroja urheilijaidentiteetissä korkeimmilla tasoilla kilpailtaessa. Opiskelijan ja urheilijan roolien tasapainottamisen on kuitenkin todettu onnistuvan tytöiltä paremmin kuin pojilta sekä lukioiässä että yliopisto-opintojen aikana (Marx ym., 2008; Snyder & Spreitzer, 1992). Toistaiseksi ei tiedetä, onko vastaavanlaisia eroja sukupuolten välillä havaittavissa suomalaisilla nuorilla lukioiässä. Suomalaisista ammattiuurheilijoista peräti 98 % oli miehiä vuonna 2013 (Lämsä, 2014), mikä voisi näkyä jo lukioiässä siten, että pojat priorisoivat urheilua enemmän kuin tytöt.

Urheilulaji. Tässä tutkimuksessa urheilulajit jaotellaan kesä- ja talviolympialajeihin sekä olympialaisten ulkopuolisiin lajeihin. Olympiamitalien määrässä mitattuna Suomi on menestynyt 2000-luvulla paremmin talvilajeissa (ka = 6.5 mitalia/kilpailut) kuin kesälajeissa (ka = 2.8 mitalia/kilpailut) (Helsingin Sanomat 10.8.2015; Urheilumuseo, 2015). Talvilajeista menestyksekkäimpiä ovat olleet maastohiihto, mäkihyppy, yhdistetty sekä jääkiekko. Kesälajeissa olympiamenestystä on viime vuosikymmenellä tullut purjehduksessa, ammunnessa, painissa ja yleisurheilussa. Sponsor Insightin vuosittaisen kyselytutkimusten perusteella jääkiekko, yleisurheilu ja maastohiihto ovat 2010-luvun seuratuimmat urheilulajit Suomessa (Virkkunen, 2015). Lajikohtaisten menestysmahdollisuuksien voidaan ajatella vaikuttavan nuoren uranäkymiin ja sitä kautta urheilijaidentiteetin voimakkuuteen. Aiempaa tutkimusta aiheesta ei kuitenkaan ole.

Urheiluun liittyvät tavoitteet. Urheilijaidentiteetin on todettu olevan sitä voimakkaampi, mitä tavoitteellisemmin harjoittelee sekä mitä tärkeämpää urheilumenestys ja muut urheilijaidentiteettiin liittyvät ominaisuudet ovat yksilölle (Brewer ym., 1993; Good ym., 1993; Chen ym., 2010; Lamont-Mills & Cristensen, 2006; Peiró-Velert ym., 2016). Tutkimuksissa on todettu lahjakkailta nuorilla urheilijoilla, jotka tavoittelevat menestystä aikuisten sarjoissa, olevan voimakas urheilijaidentiteetti (Stambulova ym. 2015). Ruotsissa lukion ensimmäisen vuoden lopussa tehdyn haastattelututkimuksen mukaan urheilijan roolin priorisointi oli merkittävämpää sellaisten lajien urheilijoille, joissa ammattilaisura oli todennäköisempi (esim. golf). Opiskelun priorisointi oli puolestaan tyypillisempää urheilijoille, joiden lajissa ammattilaisura oli hyvin epätodennäköinen (esim. lentopallo). Tässä tutkimuksessa on tarkoituksena selvittää,

onko ammattilaisuran tavoittelu yhteydessä nuorten urheilijoiden identiteettiprofileihin Suomessa.

Urheilumenestys. Sitoutuminen urheiluun lisääntyy kokemuksen ja taitojen kehittymisen myötä (Chen ym., 2010). Aiempien tutkimusten tulokset urheilumenestyksen ja identiteetin välisistä yhteyksistä ovat kuitenkin ristiriitaisia. Yukhymenko–Lescroartin (2014) tutkimuksessa yliopistoikäisillä edustusjoukkueiden urheilijoilla urheilijaidentiteetti oli voimakkaampi ja opiskelijaidentiteetti matalampi kuin alemmilla tasoilla kilpailevilla. Sturm ym. (2011) eivät puolestaan havainneet Yhdysvaltojen yliopistosarjan eri divisioonissa urheilevilla eroja urheilijaidentiteetin voimakkuudessa. Myöskään aikuisilla maratonjuoksijoilla tehdyssä tutkimuksessa taso ei ollut yhteydessä urheilijaidentiteetin voimakkuuteen (Horton & Mack, 2000). Urheilumenestyksen yhteyttä suomalaisnuorten opiskelija- ja urheilijaidentiteettiin ei ole aiemmin tutkittu. Nuorilla urheilijoilla tason vaikutus voi olla merkittävämpi kuin aikuisilla, sillä heillä on vähemmän kokemusta urheilun ulkopuolisista rooleista ja urheilun merkitys saattaa olla korostuneempi kuin myöhemmässä iässä.

Opintomenestys. Menestyminen opinnoissa on yhteydessä opiskelijan rooliin sitoutumiseen ja identiteetin selkeyteen sekä tytöillä että pojilla (Pop ym., 2016). Heikko opintomenestys puolestaan vähentää rooliin sitoutumista ja lisää identiteettiin liittyvää roolihämmennystä. Tutkimuksissa sitoutumattomuus opiskelijan rooliin onkin yhdistetty heikompaan akateemiseen menestykseen (Simons, Van Rheenen & Covington, 1999; Snyder & Spreitzer, 1992). Toisaalta Yhdysvalloissa urheiluun osallistumisella on havaittu positiivinen yhteys akateemiseen suoriutumiseen lukiossa siten, että urheilijat suoriutuvat opinnoissa paremmin kuin ei-urheilijat (Snyder & Spreitzer, 1992). Adlerin ja Adlerin (1985) tutkimuksen mukaan urheiluun osallistuminen ja opintomenestys olivat puolestaan negatiivisesti yhteydessä toisiinsa huippu-urheiluun keskittyvissä yliopistoissa. Tästä syystä on mielenkiintoista tutkia, miten opintomenestys on yhteydessä nuorten identiteettiin suomalaisissa urheilulukioissa.

1.6 Tutkimuksen tarkoitus ja tavoitteet

Kuten edellä käy ilmi, urheilupsykologiassa on viime vuosikymmenten aikana keskitytty urheilijaidentiteetin ja siihen vaikuttavien tekijöiden tutkimiseen, mutta urheilijoiden minäkuvan ja identiteetin muut puolet ovat jääneet tutkimuksessa vähäiselle huomiolle (Ronkainen, Kavoura, & Ryba, 2015). Opiskelija- ja

urheilijaidentiteetin välistä yhteyttä on aiemmin tutkittu pääasiassa laadullisin menetelmin ja tutkimuksissa on usein keskitytty vain tietyn lajin urheilijoihin (esim. Lally, 2007; Lally & Kerr, 2005; Christensen & Sorensen, 2009). Lisäksi aiemmat tutkimukset on toteutettu pääosin Yhdysvalloissa tai Euroopassa, mutta ei Suomessa. Etnisellä taustalla ja kulttuurilla on merkitystä myös urheilijanuorten identiteetin kehitykselle; esimerkiksi Coxin ja Whaley'n (2004) tutkimuksessa afroamerikkalaisilla koripalloilijoilla urheilijaidentiteetti oli voimakkaampi kuin valkoihoisilla pelaajilla. Koska eri puolilla maailmaa urheilukulttuuri sekä urheilun arvostus ovat erilaisia, on tärkeää tehdä tutkimusta erilaisissa sosiokulttuurisissa konteksteissa (Ronkainen ym., 2015).

Aiemmissä tutkimuksissa yksilön kehitykseen ja psykososiaalisiin prosesseihin liittyvät näkökulmat ovat jääneet taka-alalla (Debois, Ledon, & Wylleman, 2015; Ryba ym., 2016b). Niillä tarkoitetaan opiskeluun ja urheiluun liittyvien tekijöiden ja yksilöiden välisten erojen huomioimista. Lisäksi puutteena voidaan pitää sitä, että suurin osa tutkimuksista on keskittynyt yliopisto-opintojen ja urheilun yhdistämiseen, vaikka identiteetin ja urheilu-uraan liittyvän kehityksen näkökulmista aiheutta tulisi tarkastella jo aiemmin nuoruudessa (Ryba ym., 2016a; Erikson, 1968).

Muutamassa aiemmassa tutkimuksessa on tarkasteltu lukioikäisten opiskelijaurheilijoiden opiskelija- ja urheilijaidentiteettejä muuttujakeskeisestä näkökulmasta käsin (Engström, 2011; Stambulova ym., 2015). Tämä lähestymistapa ei ole kuitenkaan ottanut huomioon sitä, että näiden identiteettien välinen yhteys voi olla erilainen eri urheilijanuorilla. Lisäksi yksilöiden välillä voi olla suuria kehityksellisiä eroja, sillä yksilön kehitys etenee eri tahtiin eri ihmisillä. Näissä tutkimuksissa ei myöskään tarkasteltu, miten erilaiset taustatekijät vaikuttavat näiden identiteettien väliseen yhteyteen.

Tässä tutkimuksessa lähestyn opiskelija- ja urheilijaidentiteettejä henkilökeskeisestä näkökulmasta, joka keskittyy yksilöiden välisiin eroihin ja pyrkii löytämään erilaisia alaryhmiä, jotka eroavat identiteettiprofiililtaan toisistaan (von Eye & Bogat, 2006). Tarkoituksena on selvittää, millaisia ryhmiä opiskelija- ja urheilijaidentiteetin suhteen on havaittavissa lukioikäisillä nuorilla. Toisena tavoitteena on tarkastella, miten sukupuoli, urheilulaji, urheilu-uraan liittyvät tavoitteet sekä urheilu- ja opintomenestys ovat yhteydessä urheilijanuorten identiteettiprofiileihin. Identiteettiprofiilien perusteella

voidaan tarkastella sitä, miten hyvin nuoret ovat sisäistäneet opiskelijan ja urheilijan roolit osaksi identiteettiään lukion alussa sekä millaiset tekijät tähän vaikuttavat.

Tutkimuskysymyksinä ovat:

- 1) Onko nuorten urheilijoiden opiskelija- ja urheilijaidentiteettien voimakkuuksissa eroa lukion alussa?
- 2) Onko sukupuolten välillä eroja identiteettien suhteen lukion alussa?
- 3) Millaisia identiteetti-profiileja urheilijanuorilla voidaan havaita opiskelija- ja urheilijaidentiteettien voimakkuuksien suhteen lukion alussa ja kuinka tyypillisiä nämä erilaiset profiilit urheilijanuorille ovat?
- 4) Miten erilaiset taustatekijät (sukupuoli, urheilulaji, urheilu-uraan liittyvät tavoitteet sekä urheilu- ja opintomenestys) ovat yhteydessä opiskelija- ja urheilijaidentiteettien pohjalta muodostettuihin identiteetti-profiileihin?

2. MENETELMÄT

2.1 Tutkimusasetelma ja tutkittavat

Tämä tutkimus on osa ”*Winning in the Long Run*” -pitkittäistutkimusta, jossa seurataan urheilussa lahjakkaita nuoria lukion ajan (Ryba ym., 2016a). Tutkimuksen tavoitteena on kartoittaa urheilijoiden psykososiaalista kehitystä sekä valmiuksia yhdistää menestyksekkäästi opinnot ja urheilu-ura. Pitkittäistutkimus on aloitettu syksyllä 2015, jolloin kerättiin ensimmäisen mittauskerran aineisto urheilulukion aloittaneilla nuorilla. Suomen kahdestatoista urheilulukioista tutkimukseen osallistui kuusi oppilaistosta, joista kaksi sijaitsee Pohjois-, kaksi Keski- ja kaksi Etelä-Suomessa.

Tässä tutkimuksessa käytetään osaa ensimmäisen mittauskerran aineistosta. Aineiston keruu suoritettiin internetpohjaisella kyselytutkimuksella MrInterview -ohjelmistoa käyttäen. Lukion alussa kyselyyn vastasi 391 nuorta, josta 51 % oli tyttöjä ja 49 % poikia. Kaikki tavoitellut nuoret osallistuivat tutkimukseen (osallistumisprosentti 100 %). Tutkittavat olivat ensimmäistä vuotta urheilulukiossa opiskelevia nuoria, iältään 15–16-vuotiaita ($M = 16.00$, $SD = 0.17$). Tutkittavista puolet (50 %) olivat yksilö- ja puolet joukkuelajien edustajia, yhteensä 50:stä eri urheilulajista. Tutkittavat raportoivat kilpailleensa vähintään aluetasolla keskimäärin 7.08 vuotta ($SD = 1.48$). Suurin osa (77 %) tutkittavista tavoitteli ammattilaisuutta ja 60 % odotti kilpailevansa urheilu-uran aikana olympialaisissa tai maailmanmestaruuskilpailuissa. Aineiston analyysiin otettiin mukaan 384 tutkittavaa. Kaksi tutkittavaa jätettiin pois analyysistä puutteellisten vastausten vuoksi. Viisi tutkittavaa jätettiin analyysien ulkopuolelle poikkeavina havaintoina (standardoidut identiteettiarvot olivat yli 2.5 keskihajonnan päässä keskiarvosta).

2.2 Mittarit

2.2.1 Opiskelija- ja urheilijaidentiteetti

Urheilijaidentiteetin voimakkuutta mitattiin AIMS (*Athletic Identity Measurement Scale*) -kyselyllä (Brewer ym., 1993). Mittari on kehitetty mittaamaan urheilijaidentiteetin voimakkuutta ja urheilijanrooliin identifioitumisen eksklusiivisuutta. AIMS on eniten käytetty mittari urheilijaidentiteetin kvantitatiivisessa tutkimuksessa (Brewer & Cornelius, 2001; Ronkainen ym., 2015). Se on todettu luotettavaksi, nopeaksi ja validiksi välineeksi urheilijaidentiteettiä tutkittaessa useissa eri maissa (esim. Brewer & Cornelius, 2001; Cabrita, Rosado, Leite, & Sousa, 2014; Peiró-

Velert ym., 2016; Silva ym., 2016; Stambulova ym., 2015). Mittari sisältää kymmenen väittämää (esim. *Pidän itseäni urheilijana; Urheilu on elämäni osa-alueista tärkein; Koen itseni huonoksi, jos suoriudun huonosti urheilussa*), joita arvioidaan 7-portaisella likert-asteikolla (1 = ”ei pidä lainkaan paikkansa” ja 7 = ”pitää täysin paikkansa”). Mittarin teoreettinen vaihteluväli on 1.00–7.00 ja korkeampi pistemäärä tarkoittaa voimakkaampaa urheilijaidentiteettiä. Osiosta muodostettiin keskiarvosummamuuttuja (vaihteluväli 3.30–7.00), joka kuvastaa urheilijaidentiteetin voimakkuutta. Sen Cronbachin alfa -kerroin oli .73.

Opiskelijaidentiteetin mittarina käytettiin SIMS (*Student Identity Measurement Scale*) -kyselyä, joka on opiskeluympäristöön muokattu versio AIMS -kyselystä (Engström, 2011; Stambulova ym., 2015). Väittämät ovat samat kuin urheiluidentiteetti mittarissa, mutta opiskelukontekstiin sovitettuja (esim. *Pidän itseäni opiskelijana; Opiskelu on elämäni osa-alueista tärkein; Koen itseni huonoksi, jos suoriudun huonosti opinnoissa*). Mittarin teoreettinen vaihteluväli on 1.00–7.00 ja korkeampi pistemäärä tarkoittaa voimakkaampaa opiskelijaidentiteettiä. Osiosta muodostettiin keskiarvosummamuuttuja (vaihteluväli 1.70–6.30), joka kuvastaa opiskelijaidentiteetin voimakkuutta. Sen Cronbachin alfa -kerroin oli .84.

2.2.2 Taustatekijät

Tässä tutkimuksessa taustamuuttujina käytettiin sukupuolta, urheilulajia, urheiluun liittyviä tavoitteita sekä urheilu- ja opintomenestystä. Ennen lopullisten taustatekijöiden valintaa urheilulaji luokiteltiin myös yksilö- ja joukkuelajeihin, mutta niillä ei ollut vaikutusta identiteettimuuttujiin (tuloksia ei raportoida). Sen sijaan urheilulajit jaoteltiin tässä tutkimuksessa kesä- ($n = 204$) ja talviolympialajeihin ($n = 79$) sekä olympialaisten ulkopuolisiin lajeihin ($n = 101$). Suosituimmat kesäolympialajit olivat jalkapallo (26.5 %), uinti (18.6 %) ja yleisurheilu (13.2 %). Talviolympialajeista eniten harrastettiin jääkiekkoa (34.2 %) ja maastohiihtoa (29.1 %). Olympialaisten ulkopuolista lajeista suosituin oli salibandy (26.7 %). Urheilu-uraan liittyviä odotuksia kartoitettiin kysymällä tavoittelevatko tutkittavat ammattilaisuraa (1 = Kyllä, 2 = Ei). Urheilumenestystä puolestaan kartoitettiin kysymällä, mihin kilpailuihin tutkittavat ovat osallistuneet sekä missä kilpailuissa he ovat sijoittuneet kahdeksan (pistesija) tai kolmen (mitalisija) parhaan joukkoon viimeisen vuoden aikana. Ensin jokaisesta kilpailusta (esim. *Kansalliset kilpailut; Aikuisten Suomen mestaruuskilpailut; Nuorten Euroopan mestaruuskilpailut*) muodostettiin dikotominen muuttuja, eli oliko urheilija osallistunut

kyseisiin kilpailuihin vai ei (0 = ei ole osallistunut kilpailuihin, 1 = on osallistunut kilpailuihin). Näitä muuttujia hyödyntäen muodostettiin lopullinen urheilumenestystä kuvaava muuttuja, jossa urheilijan menestys määriteltiin sen mukaan mikä oli korkea tasoisin kilpailu, johon yksilö oli osallistunut viimeisen vuoden aikana sijoituksesta riippumatta (*liite 1*). Muuttujan teoreettinen vaihteluväli on 1.00–15.00 ja korkeampi pistemäärä tarkoittaa parempaa urheilumenestystä. Suurin osa nuorista oli kilpaillut korkeintaan aikuisten Suomen mestaruus kilpailuissa tai muissa kansainvälissä kilpailuissa ($M = 4.62$, $SD = 0.14$, vaihteluväli 1.00–13.00). Opintomenestystä mitattiin viimeisimmän todistuksen kaikkien aineiden keskiarvolla. Tutkittavien kaikkien aineiden keskiarvojen keskiarvo lukion alussa oli 8.85 ($SD = 0.62$, vaihteluväli 7.25–10.00).

2.3 Tilastolliset menetelmät

Aineisto analysointiin IBM SPSS Statistics 23 -ohjelmistolla. Aluksi opiskelija- ja urheilijaidentiteettien havaintojen jakautuneisuutta tarkasteltiin histogrammien, laatikko-jana-kuvioiden ja Q-Q-plot kuvioiden avulla sekä Kolmogorov-Smirnov normaalijakaumatestillä, jonka perusteella kumpikaan identiteettimuuttujista ei ollut normaalisti jakautunut ($p < .05$). Lisäksi tarkasteltiin muuttujien vinous- (opiskelijaidentiteetti = .040 ja urheilijaidentiteetti = .033) ja huipukkuuskertoimia (opiskelijaidentiteetti = $-.053$ ja urheilijaidentiteetti = $-.415$). Näiden sekä ison otoskoon perusteella identiteettimuuttujien todettiin kuitenkin olevan riittävän normaalisti jakautuneita, jotta voitiin perustella parametristen menetelmien käyttö.

Varsinaisissa analyyseissä identiteettien voimakkuuksia tarkasteltiin ensin muuttujakeskeisestä lähestymistavasta. Urheilija- ja opiskelijaidentiteettien eroja koko aineiston tasolla sekä sukupuolen vaikutusta identiteettimuuttujiin tutkittiin toistettujen mittauksen varianssianalyysillä. Jatkovertailut sukupuolten välisistä eroista tehtiin riippumattomien otosten t-testillä.

Identiteettiprofiilien muodostamiseksi opiskelija- ja urheilijaidentiteettejä lähestyttiin henkilökeskeisellä lähestymistavalla ja menetelmänä käytettiin klusterianalyysiä. Analyysi suoritettiin vaiheittain seuraavasti: identiteettimuuttujat standardoitiin, jonka jälkeen suoritettiin Wardin menetelmää käyttäen hierarkkinen klusterianalyysi, jossa klustereiden määrää ei rajoitettu etukäteen. Hierarkkisen klusteroinnin avulla samankaltaiset havainnot ryhmitellään samaan havaintojoukkoon, joka muodostaa klusterin (Nummenmaa, 2009). Seuraavassa vaiheessa toisiaan muistuttavat klusterit

yhdistetään keskenään ja menettelyä jatketaan portaittain kunnes kaikki havainnot on luokiteltu samaan klusteriin. Hierarkkisen klusterianalyysin tuloksena saatiin dendrogrammi, jota tarkastelemalla voitiin päätellä luonnollisesti syntyvien klustereiden lukumäärä. Tämän pohjalta suoritettiin K-keskiarvo klusterianalyysi, jossa aiemmin dendrogrammilla saatu kolmen klusterin malli muodostui myös tulkinnallisesti mielekkääksi. K-keskiarvoklusteroinnin avulla tutkittiin eri klustereihin sijoittuvien tutkittavien lukumäärää sekä eroavatko klusterit toisistaan malliin otetuilla muuttujilla (Nummenmaa, 2009). Identiteettiryhmien muodostamisen jälkeen ryhmäkohtaisia eroja opiskelija- ja urheilijaidentiteetin suhteen tutkittiin yksisuuntaisella varianssianalyysillä.

Sukupuolen, urheilulajin, urheiluun liittyvien tavoitteiden sekä urheilu- ja opintomenestyksen välisiä yhteyksiä identiteettimuuttujiin tarkasteltiin lineaarisella regressiolla, jonka perusteella selittävien muuttujien välillä ei havaittu kolinearisuutta ($VIF < 1.17$ kaikissa tapauksissa). Tämän jälkeen edellä mainittujen taustatekijöiden yhteyttä identiteettiryhmiin kuulumiseen tutkittiin multinomiaalisella logistisella regressiolla, jossa jäsentymätöntä ja urheilijapainotteista identiteettiryhmää verrattiin tasapainoiseen identiteettiryhmään.

3. TULOKSET

3.1 Opiskelija- ja urheilijaidentiteetti

Taulukko 1. Opiskelija- ja urheilijaidentiteettien keskiarvot, keskihajonnat ja 95 % luottamusvälit koko otoksessa sekä tytöillä ja pojilla.

	Identiteetti			
	Opiskelijaidentiteetti		Urheilijaidentiteetti	
	<i>M (SD)</i>	<i>CI 95 %</i>	<i>M (SD)</i>	<i>CI 95 %</i>
Kaikki	3.96 (0.96)	3.87–4.06	5.20 (0.71)	5.13–5.27
Tytöt	4.18 (0.93)	4.05–4.31	5.24 (0.69)	5.15–5.34
Pojat	3.74 (0.94)	3.87–3.87	5.15 (0.73)	5.05–5.26

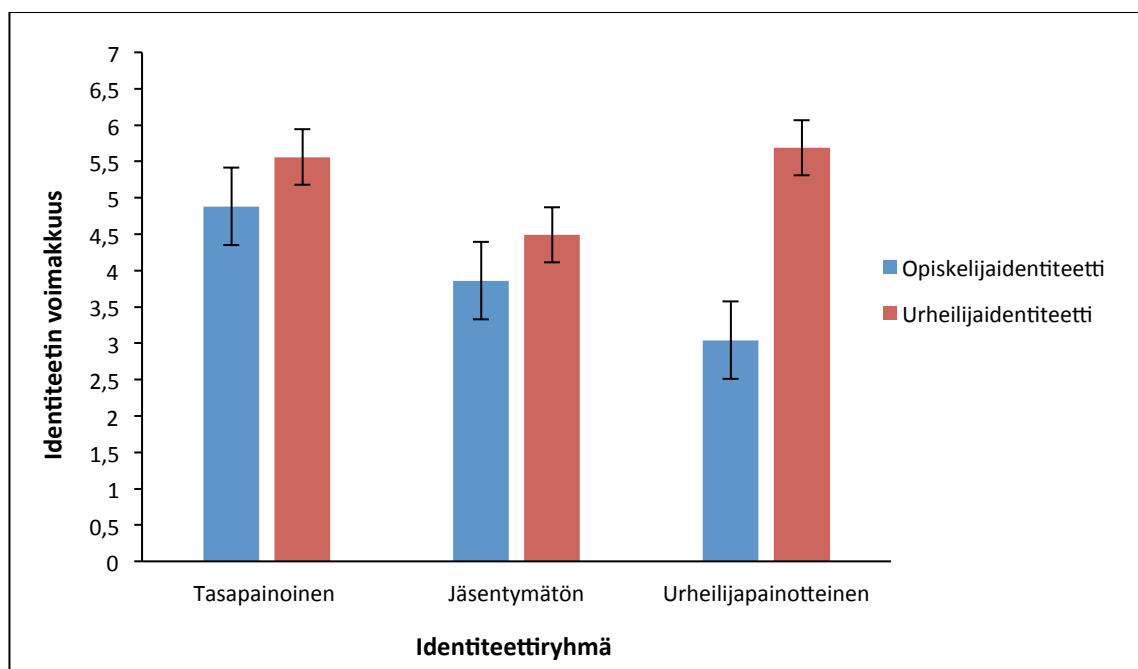
M = keskiarvo, SD = keskihajonta, CI 95 % = luottamusväli 95 %.

Identiteettimuuttujien keskiarvot ja keskihajonnat koko otoksella sekä erikseen tytöillä ja pojilla on esitetty taulukossa 1. Toistettujen mittauksen varianssianalyysin tulokset osoittivat urheilijaidentiteetin olevan koko otoksessa selvästi voimakkaampi kuin opiskelijaidentiteetin ($F(1, 382) = 416.41, p < .001, \eta^2 = .52$). Sukupuolella ja

identiteetillä oli yhdysvaikutus ($F(1, 382) = 8.15, p = .01, \eta p2 = .021$). Jatkovertailut sukupuolten välisistä eroista identiteettimuuttujissa tehtiin riippumattomien otosten t-testillä. Tyttöillä oli voimakkaampi opiskelijaidentiteetti kuin pojilla ($t(383) = 4.58, p < .001$). Urheilijaidentiteetin suhteen sukupuolten välillä ei havaittu tilastollisesti merkitsevää eroa ($t(382) = 1.26, p > .05$).

3.2 Identiteettiryhmät

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, millaisia profiililtaan erilaisia ryhmiä opiskelija- ja urheilijaidentiteettien perusteella voidaan muodostaa. Ryhmien selvittämiseksi identiteettejä lähestyttiin henkilökeskeisestä näkökulmasta ja menetelmänä käytettiin klusterianalyysiä. Hierarkkisen klusterianalyysin tuloksena saadun dendrogrammin perusteella valittiin kolmen klusterin malli, joka osoittautui myös tulkinnallisesti mielekkäimmäksi. K-keskiarvo klusterianalyysillä saadut identiteettiryhmät nimettiin seuraavasti: (1) *Tasapainoinen identiteettiryhmä (balanced)* ($n = 129$), jossa sekä opiskelija- että urheilijaidentiteetti olivat voimakkaita; (2) *Jäsentymätön identiteettiryhmä (not crystalized)* ($n = 142$), jossa urheilijaidentiteetti oli muihin ryhmiin verrattuna matala ja opiskelijaidentiteetti kohtalainen tai matala; ja (3) *Urheilijapainotteinen identiteettiryhmä (athlete-focused)* ($n = 113$), jota kuvasi voimakas urheilijaidentiteetti mutta matala opiskelijaidentiteetti. Ratkaisu on esitetty kuviossa 1.



Kuvio 1. Opiskelija- ja urheilijaidentiteettien voimakkuudet identiteettiryhmittäin.

Ryhmien välisiä eroja identiteettimuuttujissa tutkittiin yksisuuntaisella varianssianalyysillä, jonka tulokset on esitetty taulukossa 2. Tulosten perusteella ryhmät erosivat opiskelijaidentiteetin ($p < .001$) ja urheilijaidentiteetin ($p < .001$) suhteen toisistaan. Post hoc -jatkovertailut suoritettiin opiskelijaidentiteetin osalta Bonferroni-korjausta käyttäen, sillä varianssien yhtäsuuruusoletus oli voimassa ja Tamhanen testillä urheilijaidentiteetin osalta, sillä varianssien yhtäsuuruusoletus ei ollut voimassa. Tasapainoisessa identiteettiryhmässä opiskelijaidentiteetti oli voimakkaampi kuin kahdessa muussa ryhmässä ($p < .001$). Lisäksi jäsentymättömän identiteetin ryhmässä opiskelijaidentiteetti oli voimakkaampi kuin urheilijapainotteisessa identiteettiryhmässä ($p < .001$). Tasapainoisessa ja urheilijapainotteisessa identiteettiryhmässä urheilijaidentiteetti oli voimakkaampi kuin jäsentymättömän identiteetin ryhmässä ($p < .001$). Tasapainoinen identiteettiryhmä ja urheilijapainotteinen identiteettiryhmä eivät eronneet toisistaan urheilijaidentiteetin suhteen ($p > .05$).

Taulukko 2. Ryhmäkohtaiset keskiarvot, keskihajonnat, 95 % luottamusvälit sekä ryhmien väliset erot identiteettimuuttujissa.

	Identiteettiryhmä			<i>F</i>	η^2
	Tasapainoinen (<i>n</i> = 129)	Jäsentymättömän (<i>n</i> = 142)	Urheilijapainotteinen (<i>n</i> = 113)		
OpiskelijaID					
<i>M</i>	4.88	3.86	3.04	258.68***	0.58
<i>SD</i>	0.59	0.71	0.96		
<i>CI 95 %</i>	4.78–4.98	3.74–3.98	2.94–3.15		
UrheilijaID					
<i>M</i>	5.56	4.49	5.69	276.75***	0.59
<i>SD</i>	0.51	0.38	0.48		
<i>CI 95 %</i>	5.47–5.64	4.43–4.55	5.60–5.78		

OpiskelijaID = opiskelijaidentiteetti, *urheilijaID* = urheilijaidentiteetti.

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

3.3 Taustatekijöiden yhteys identiteettiryhmään

Tutkimuksessa oltiin kiinnostuneita myös siitä, miten eri taustatekijät ennustavat tiettyyn identiteettiryhmään kuulumista. Multinomiaalisen logistisen regression avulla muodostettiin malli, jossa identiteetti ryhmään kuulumista selitettiin sukupuoli, urheilulajilla, urheiluun liittyvillä tavoitteilla sekä urheilu- ja opintomenestyksellä.

Tulokset osoittivat identiteettiryhmien eroavan toisistaan tilastollisesti merkitsevästi taustamuuttujien suhteen ($\chi^2(12) = 68.92, p < .001$). Malli toisti alkuperäisen aineiston hyvin (Pearsonin $\chi^2(622) = 648.50, p = .224$). Mallin selitysaste oli kohtalainen (Nagelkerke pseudo- $R^2 = .20$). Kaiken kaikkiaan malli luokitteli oikein 49.6 % havainnoista. Parhaiten malli luokitteli urheilijapainotteiseen ryhmään kuuluvat (63.0 %) ja huonoiten tasapainoiseen identiteettiryhmään kuuluvat (42.7 %). Jäsentymättömän identiteetin ryhmästä malli luokitteli oikein 44.8 % havainnoista. Taustatekijöistä sukupuoli ($\chi^2(2) = 7.61, p < .05$), urheilulaji ($\chi^2(4) = 20.71, p < .001$), ja urheiluun liittyvät tavoitteet ($\chi^2(2) = 14.73, p < .01$) olivat yhteydessä identiteettiryhmiin kuulumiseen.

Ryhmien välisissä analyyseissä verrattiin jäsentymätöntä ja urheilijapainotteista identiteettiryhmää tasapainoiseen identiteettiryhmään. Poikia oli enemmän urheilijapainotteisessa ja jäsentymättömän identiteetin ryhmissä kuin tasapainoisessa identiteettiryhmässä ($p < .05$). Talviolympialajien urheilijat olivat yliedustettuina urheilijapainotteisessa identiteettiryhmässä verrattuna tasapainoiseen identiteettiryhmään ($p < .001$). Tasapainoisen ja jäsentymättömän identiteettiryhmän välillä ei havaittu eroa urheilulajin suhteen ($p > .05$). Tasapainoisessa identiteettiryhmässä ammatillisuutta tavoiteltiin useammin kuin jäsentymättömässä identiteettiryhmässä ($p < .05$). Urheilijapainotteisen ja tasapainoisen identiteetin ryhmien välillä ei havaittu merkitsevää eroa ammatillisuuden tavoittelussa ($p > .05$). Opintomenestystä oli koko mallin tasolla tilastollisen merkitsevyyden rajoilla p-arvoa tarkasteltaessa ($\chi^2(2) = 5.89, p = .053$). Ryhmäkohtaisia eroja tarkasteltaessa havaittiin opintomenestyksen olevan heikompaa urheilijapainotteisessa identiteettiryhmässä kuin tasapainoisessa identiteettiryhmässä ($p < .05$). Jäsentymättömän identiteettiryhmän ja tasapainoisen identiteettiryhmän välillä ei havaittu tilastollisesti merkitsevää eroa opintomenestyksen suhteen ($p > .05$). Urheilumenestyksellä ei ollut merkitystä identiteettiryhmiin kuulumisen suhteen ($p > .05$) Multinomiaalisen regressioanalyysin tulokset on esitetty taulukossa 3.

Taulukko 3. Multinomiaalisen regressioanalyysin tulokset, jossa identiteettiryhmään kuulumista selitettiin sukupuolella, urheilulajilla, urheiluun liittyvillä tavoitteilla sekä urheilu- ja opintomenestyksellä.

Muuttuja	Identiteettiryhmä							
	Jäsentymätön vs. Tasapainoinen			Urheilijapainotteinen vs. Tasapainoinen				
	B	Wald	OR	CI 95 %	B	Wald	OR	CI 95 %
Sukupuoli								
Mies	<i>Ref.</i>							
Nainen	-0.59	4.48*	0.56	0.32–0.96	-0.76	6.52*	0.47	0.26–0.84
Urheilulaji								
Ei olympialaji	<i>Ref.</i>							
Kesäolympialaji	-0.42	1.88	0.66	0.37–1.20	0.63	2.59	1.88	0.87–4.07
Talviolympialaji	0.38	0.78	1.46	0.63–3.36	1.71	12.95***	5.55	2.18–14.11
Urheilutavoitteet								
Ei	<i>Ref.</i>							
Kyllä	-0.68	4.59*	0.51	0.27–0.94	0.89	3.50	2.42	0.96–6.12
Urheilumenestys	-0.04	0.68	0.96	0.88–1.06	-0.03	0.24	0.97	0.88–1.08
Opintomenestys	-0.43	3.35	0.65	0.41–1.03	-0.56	5.22*	0.57	0.35–0.92

B = regressiokerroin, Wald = Waldin testisuure, OR = riskisuhde, CI 95 % = luottamusväli 95 %, ref. = referenssikategoria.

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

4. POHDINTA

Tässä tutkimuksessa tutkittiin 15–16-vuotiaiden nuorten opiskelija- ja urheilijaidentiteettiä lukion alussa. Ensiksi selvitettiin, onko opiskelija- ja urheilijaidentiteettien voimakkuudessa eroa koko aineistossa sekä tyttöjen ja poikien välillä. Lisäksi tutkittiin, millaisia erilaisia profiileja opiskelija- ja urheilijaidentiteettien perusteella voidaan muodostaa, kuinka tyypillisiä eri identiteetti-profiilit ovat sekä mitkä tekijät ennustavat tiettyyn identiteettiryhmään kuulumista. Tulokset osoittivat urheilijaidentiteetin olevan voimakkaampi kuin opiskelijaidentiteetti. Sukupuoli oli yhteydessä identiteettien voimakkuuteen siten, että tyttöjen opiskelijaidentiteetti oli voimakkaampi kuin poikien. Urheilijaidentiteetin suhteen sukupuolten välillä ei havaittu eroa. Klusterianalyysin perusteella muodostettiin kolme identiteetti-profiililtaan erilaista ryhmää: tasapainoinen (34 %), jäsentymätön (37 %) ja urheilijapainotteinen (29 %) identiteettiryhmä. Kaikki ryhmät erosivat toisistaan opiskelijaidentiteetin suhteen, joka oli voimakkain tasapainoisessa ja matalin urheilijapainotteisessa ryhmässä. Urheilijaidentiteetti oli voimakkaampi tasapainoisessa ja urheilijapainotteisessa kuin jäsentymättömässä identiteettiryhmässä. Sukupuoli, urheilulaji, urheiluun liittyvät tavoitteet sekä opintomenestys olivat yhteydessä identiteettiryhmien kanssa. Urheilumenestyksellä ei ollut vaikutusta identiteettiryhmään kuulumisen suhteen.

4.1 Opiskelija- ja urheilijaidentiteetti

Tässä tutkimuksessa nuorilla todettiin olevan voimakkaampi urheilijaidentiteetti kuin opiskelijaidentiteetti, joka on yhtäpitävää ruotsalaisilla urheilulukiolaisilla tehtyjen tutkimusten kanssa (Engström, 2011; Stambulova ym., 2015). Tulokset ovat linjassa myös aiempien Suomessa yliopisto-opiskelijoilla tehtyjen tutkimusten kanssa, joissa urheilijoilla oli voimakas urheilijaidentiteetti ja urheiluun liittyvä kehitys oli akateemisia tavoitteita tärkeämpää (Gröhn & Riihivuori, 2008; Yrjölä, 2011). Tämä tutkimus antaa viitteitä siitä, että nuoret kokevat urheilun merkityksellisemmäksi kuin opiskelun ja erot opiskelija- ja urheilijaidentiteettien voimakkuuksissa ovat olemassa jo lukioon siirryttäessä. Myös käytännön työni lukioikäisten urheilijoiden kanssa on osoittanut, että urheiluun liittyvistä tavoitteista puhutaan enemmän ja moni kokee niiden saavuttamisen olevan kyseisessä ikävaiheessa opiskelua tärkeämpää. Tuloksia tarkastellessa on hyvä huomioida se tosi asia, että monen nuoren kilpaurheilu-ura on intensiivisimmillään juuri lukioaikana, mikä osaltaan selittää urheilijaidentiteetin voimakkuutta ja asemaa heidän identiteettihierarkiassaan tässä elämänvaiheessa.

Tulokset sukupuolten välisistä eroista identiteettimuuttujien suhteen ovat samanlaisia kuin yliopisto-opiskelijaurheilijoilla tehdyn yhdysvaltalais tutkimuksessa, jossa tyttöjen opiskelijaidentiteetti oli voimakkaampi kuin poikien (Sturm ym., 2011). Urheilijaidentiteetin suhteen sukupuolten välillä ei havaittu eroa. Sama tulos on saatu myös amerikkalaisilla lukiolaisilla ja yliopisto-opiskelijoilla tehdyissä tutkimuksissa (Coxin & Whaley, 2004; Chen ym., 2010; Murphy ym., 1996). Oletettavasti urheilulukion valitseminen edellyttää sekä tytöiltä että pojilta vahvaa sitoutumista urheilijan rooliin ja urheiluun liittyviin tavoitteisiin.

4.2 Identiteettiryhmät

Tutkimus osoitti nuorilla olevan erilaisia identiteettiprofiileita: tasapainoinen, jäsentymätön ja urheilijapainotteinen identiteetti. Tämän tutkimuksen perusteella kolmasosa (34 %) nuorista oli sitoutunut kaksoisuran molempiin rooleihin ja onnistui tasapainottamaan urheilun ja opiskelun lukion alussa, kun mittarina käytettiin opiskelija- ja urheilijaidentiteetin voimakkuutta. Yhtäaikaista voimakkaan urheilijaidentiteetin sekä vahvan sitoutumisen opiskelijanrooliin on myös aiemmissa tutkimuksissa todettu olevan mahdollista (Brown ym., 2000; Larry & Kerr, 2005; Snyder & Spreitzer, 1992; Stambulova ym., 2015). Toisaalta urheilijapainotteisen identiteettiryhmän profiili on samansuuntainen Sturmin ym. (2011) tutkimustuloksen kanssa, jossa opiskelija- ja urheilijaidentiteetti olivat negatiivisesti yhteydessä toisiinsa. Vajaa kolmannes (29 %) tutkittavista kuului tähän niin sanottuun riskiryhmään, jossa urheilijaidentiteetti ja urheiluun liittyvät tavoitteet olivat korkeita ja opintomenestys ja opiskelijaidentiteetti verrattain heikkoa. Aiemmissa tutkimuksissa voimakas urheilijaidentiteetti ja epätasapaino opiskelun ja urheilun välillä on yhdistetty muiden muassa masentuneisuuteen ja heikompaan itsetuntoon (Killea-Jones, 2005) sekä sopeutumisvaikeuksiin urheilu-uran päättyessä ja työelämään siirryttäessä (Lally, 2007; Lavalley & Robinson, 2007; Warriner & Lavalley, 2008; Marthinus, 2007).

Edellä esitetyn perusteella aiemmissa tutkimuksissa esiin noussut huoli urheilijoiden identiteetin kehityksestä ei ole aiheuton. Urheilijapainotteisen ryhmän olemassaolo antaa viitteitä siitä, että osa nuorista omaksuu vahvan ja eksklusiivisen urheilijaidentiteetin jo varhaisessa vaiheessa. Jäsentymättömän ryhmän (37 %), jossa opiskelijaidentiteetti oli kohtalainen ja urheilijaidentiteetti muihin ryhmiin verrattuna matala, voidaan puolestaan ajatella kertovan siitä, ettei opiskelu tai urheilu määrittele erityisen voimakkaasti heidän identiteettiään lukion alussa. Vaihtoehtoisesti heidän

identiteettinsä voi määrittäytyä voimakkaammin jonkin muun elämänalueen tai harrastuksen kautta kuin mitä tässä tutkimuksessa kartoitettiin. On kuitenkin muistettava, että identiteetin kehittyminen on kesken tässä ikävaiheessa (Fadjukoff, 2007; Kroger, 2007). Eri rooleihin sitoutuminen saattaa muuttua ja identiteettiin liittyvä etsintä lisääntyä myöhäisnuoruudessa (Meeus ym., 1999; Klimstra, Hale, Raaijmakers, Branje, & Meeus, 2010). Lisäksi eksklusiivinen suhtautuminen urheiluun näyttäisi vähenevän iän myötä, sillä opiskelijan rooliin sitoutumisen ja urheilun ulkopuolisten tavoitteiden merkityksen on todettu lisääntyvän yliopisto-opintojen edetessä (Chen ym., 2010; Larry & Kerr, 2005; Miller & Kerr, 2002). On siis todennäköistä, että tässä tutkimuksessa löydetty nuorten urheilijoiden identiteettiprofiilit muuttuvat jonkin verran ajan kuluessa.

4.3 Taustatekijöiden yhteys identiteettiryhmään

Sukupuoli. Sukupuolen vaikutusta tarkasteltaessa todettiin tyttöjä olevan poikia enemmän tasapainoisen identiteetin ryhmässä, kun taas pojat olivat yliedustettuina urheilijapainotteisen ja jäsentymättömän identiteetin ryhmissä. Urheilijan ja opiskelijan roolien tasapainottamisen on myös aiemmissa tutkimuksissa todettu onnistuvan tytöiltä poikia paremmin (Marx ym., 2008; Snyder & Spreitzer, 1992). Identiteetin kehitykseen liittyvä aiempi tutkimus tarjoaa mahdollisia selityksiä näille eroille. Nuorilla tehdyissä tutkimuksissa tyttöjen identiteetti kehittyi nopeammin varhaisnuoruudessa kuin poikien, mutta erot tasoittuivat myöhemmin (Fadjukoff, 2007; Klimstra ym., 2010). Meeusin ym. (1999) katsauksen perusteella tyttöjen identiteetin muodostuminen oli monitahoisempaa kuin pojilla, koska tytöillä oli enemmän tavoitteita ja pyrkimyksiä samanaikaisesti useilla eri elämän osa-alueilla. Lisäksi tytöt kokivat useampien aktiviteettien olevan keskeisiä identiteetilleen kuin pojat (Sharp ym., 2007). Myös tässä tutkimuksessa tytöt saavuttivat tasapainon eri roolien välillä poikia useammin lukion alussa. Tyttöjen opiskelijaidentiteetti oli kaiken kaikkiaan voimakkaampi kuin poikien, mutta urheilijaidentiteetin suhteen sukupuolten välillä ei havaittu eroa, mikä antaa viitteitä siitä, että molemmat roolit ovat tytöille tärkeitä kun taas pojat priorisoivat urheilijan roolia.

Urheilulaji. Urheilulajin vaikutusta ei tietävästi ole aiemmissa tutkimuksissa tarkasteltu. Tässä tutkimuksessa talviolympialajien urheilijat olivat yliedustettuina urheilupainotteisessa identiteettiryhmässä. Vaikuttaa siltä, että lajikohtaiset menestysnäkökulmat vaikuttavat jossain määrin nuorten identiteettiprofiileihin.

Esimerkiksi vuonna 2013 suomalaisista ammattiurheilijoista peräti 61 % oli jääkiekkoilijoita (Lämsä, 2014), mikä selittynee jääkiekon asemalla suomalaisessa urheilukulttuurissa sekä hyvällä palkkatasolla jo Suomen liigatasolla pelattaessa. Pitkät perinteet ja menestysmahdollisuudet talvilajeissa selittänee odotuksia ammattilaisurasta ja sitä kautta voimakasta samastumista urheilijan rooliin opiskelijaidentiteetin kustannuksella.

Urheiluun liittyvät tavoitteet. Tasapainoisessa ja urheilijapainotteisessa ryhmässä ammattilaisuraa tavoiteltiin useammin kuin jäsentymättömän identiteetin ryhmässä. Tulosten perusteella näyttää siltä, että urheiluun liittyvät tavoitteet vaikuttavat merkittävästi urheilijaidentiteetin voimakkuuteen. Tulos on kuitenkin ristiriidassa Yhdysvalloissa yliopistourheilijoilla tehdyn tutkimuksen kanssa, jossa voimakkaasta urheilijaidentiteetistä huolimatta vain harvalla oli odotuksia ammattiuran suhteen (Brown ym., 2000). Ikä saattaa selittää eroja näissä tutkimuksissa, sillä lukion alussa odotukset urheilu-uran suhteen saattavat olla epärealistisia. Käsitys omista taidoista ja mahdollisuuksista kehittyä huippu-urheilijaksi tulee todennäköisesti realistisemmaksi lukiovuosien aikana.

Urheilumenestys. Urheilumenestys ei vaikuttanut opiskelijan- ja urheilijan rooleihin identifioitumiseen. Urheilijan roolin osalta tulos on samansuuntainen aiempien tutkimusten kanssa, joissa menestys ei vaikuttanut urheilijaidentiteetin voimakkuuteen (Horton & Mack, 2000; Sturm ym., 2011). Tulos on kuitenkin vastakkainen Yukhymenko–Lescroartin (2014) tutkimuksen kanssa, jossa menestyneemmällä yhdysvaltalaisurheilijoilla urheilijaidentiteetti oli voimakkaampi ja opiskelijaidentiteetti matalampi kuin alemmilla tasoilla kilpailevilla urheilijoilla. Tämän tutkimuksen perusteella näyttää siis siltä, ettei hyvä urheilumenestys automaattisesti tarkoita sitä, että nuoret olisivat sitoutuneet heikosti opiskelijan rooliin tai myöskään sitä, että urheilijaidentiteetti olisi erityisen voimakas. On kuitenkin huomioitava, ettei lukion alussa eroja tason suhteen ole vielä juurikaan ehtinyt kehittyä, sillä läpimurto kansainväliselle tasolle tapahtuu useimmissa lajeissa vasta lukioiässä tai sen jälkeen.

Opintomenestys. Kypsä identiteetti nuoruusiässä on aiemman tutkimuksen mukaan yhteydessä hyvään koulumenestykseen (Meeus, 2011). Tämän tutkimuksen tulosten perusteella näyttää siltä, että opintomenestys on merkityksellisempää urheilijoiden identiteetin tasapainoisessa kehityksessä kuin urheilumenestys. Christensenin ja Sorensenin (2009) tutkimuksessa haasteet urheilun ja opiskelun yhdistämisessä näkyivät

heikompana koulumenestyksenä, kun taas akateeminen kyvykkyys suojasi kaksoisuran aiheuttamalta stressiltä. Myös tässä tutkimuksessa opintomenestys oli heikompaan urheilijapainotteisessa kuin tasapainoisessa identiteettiryhmässä.

Yhteenveto taustatekijöistä. Yhteenvetona voidaan todeta nuorten urheilijoiden identiteetin kehityksen sekä kyvyn tasapainoilla kaksoisuran vaatimusten ristipaineessa olevan monen tekijän summa. Hyvä opintomenestys, korkeat tavoitteet urheilussa ja naissukupuoli näyttävät olevan yhteydessä tasapainoisen identiteetin kehitykseen nuorilla urheilijoilla. Heikko opintomenestys, talviolympialaji, korkeat tavoitteet urheilussa sekä miessukupuoli näyttäisivät puolestaan voimistavan urheilijapainotteista identiteettiä. Miessukupuoli ja muihin ryhmiin verrattuna matalammat tavoitteet urheilussa olivat yhteydessä jäsentymättömään identiteettiin.

4.4 Tutkimuksen rajoitukset ja vahvuudet

Tulosten yleistettävyyttä ajatellen on hyvä huomioida seuraavat asiat. Ensinnäkin opiskelijaidentiteetin mittaria on käytetty aiemmin vain muutamassa tutkimuksessa. Mittarin luotettavuuden varmistamiseksi lisätutkimukset ovat tarpeen, vaikka mittarin reliabiliteetti oli tässäkin tutkimuksessa korkea. Lisäksi urheilija- ja opiskelijaidentiteettiä yhdessä on kvantitatiivisin menetelmin tutkittu hyvin vähän. Vastaavanlaisia identiteettiryhmiä ei ole urheilijoilla muodostettu aiemmin ja myös muunlaisten profiilien olemassaolo on mahdollista. Menetelmänä klusterianalyysi on herkkä poikkeaville havainnoille, mikä on otettava huomioon tuloksia arvioitaessa. On myös muistettava, että nämä profiilit saattavat muuttua lukion edetessä, sillä nuorten identiteetin kehittyminen on kesken. Jatkon kannalta on tärkeää seurata, miten nämä profiilit ja niihin vaikuttavat taustatekijät mahdollisesti muuttuvat.

Käytettyihin taustatekijöihin liittyy myös tiettyjä rajoituksia. Regressiomalli luokitteli parhaiten urheilijapainotteiseen ryhmään kuuluvat, mikä voi selittyä sillä, että suurin osa taustamuuttujista olivat urheiluun liittyviä. Opintoihin liittyen tarkasteltiin ainoastaan opintomenestystä, joka ei ollut normaalisti jakautunut, vaan voimakkaasti oikealle vino. Tähän voi vaikuttaa se, että heti lukion alussa erot opintomenestyksessä ovat vielä pieniä, mutta todennäköisesti kasvavat lukio-opintojen edetessä ja vaatimustason kasvaessa. Jatkossa myös opintoihin liittyvät tekijät tulisi huomioida laajemmin. Lisäksi urheilumenestysmuuttujaan liittyy rajoitteita, sillä merkittäviä tasoeroja urheilun suhteen ei vielä tässä ikävaiheessa ole havaittavissa. Tutkittavista 81 % oli kansallisen tason urheilijoita, jotka olivat kilpailleet korkeintaan aikuisten Suomen mestaruus

kilpailuissa tai muissa kansainvälisissä kilpailuissa. Vain 19 % oli kilpaillut kansainvälisissä arvokilpailuissa. Urheiluun liittyviä tavoitteita puolestaan kartoitettiin ainoastaan yhdellä kysymyksellä, mikä ei välttämättä anna tarpeeksi kattavaa kuvaa nuorten urheiluun liittyvistä pyrkimyksistä. Lisäksi opintoihin liittyviä tavoitteita ei tässä tutkimuksessa otettu huomioon. Ylipäätään tietoisuus omasta tasosta, taidoista ja mahdollisuuksista oletettavasti muuttuu realistisemmaksi lukion edetessä sekä suhteessa opintoihin että urheiluun. Tämä saattaa heijastua taustatekijöihin sekä niiden vaikutuksiin nuorten identiteetti-profiileihin. On myös hyvä muistaa, että kyseessä on poikkileikkaustutkimus, jolloin taustatekijöiden ja identiteettiryhmien välisiin syy-seuraussuhteisiin on vaikea ottaa kantaa.

Edellä kuvatuista rajoituksista huolimatta, tämä tutkimus tarjoaa tärkeää ja ainutlaatuista tietoa nuorten urheilulukiolaisten opiskelija- ja urheilijaidentiteeteistä Suomessa. Tutkimuksessa on pyritty huomioimaan urheilijoiden identiteetin eri osa-alueita ja siihen vaikuttavia tekijöitä aiempia tutkimuksia kokonaisvaltaisemmin. Myös yksilölliset erot otettiin huomioon. Aiempi kaksoisuratumus on keskittynyt opintojen ja urheilun yhdistämisen haasteisiin, kun taas tässä tutkimuksessa aihetta lähestyttiin psykologisen identiteetin kehityksen näkökulmasta. Tutkimuksen vahvuutena voidaan pitää myös kattavaa aineistoa, jossa on edustava otos nuoria urheilijoita ympäri Suomea. On kuitenkin muistettava, että tässä tutkimuksessa mukana olleet nuoret ovat tietyllä tapaa valikoitunut otos lahjakkaista urheilijoista, sillä he ovat valinneet lukion. Identiteetin kehityksen näkökulmasta todellisessa riskiryhmässä ovat ne urheilijat, jotka lopettavat opinnot jo peruskoulun jälkeen tai jättävät lukion kesken. Huippu-urheilun näkökulmasta on harmillista, jos lahjakkaat nuoret lopettavat urheilu-uransa liian aikaisin, koska eivät onnistu tasapainoilemaan opiskelun ja urheilun välillä.

4.5 Johtopäätökset ja jatkotutkimus

Kyky tasapainoilla urheilijan ja opiskelijan roolien välillä on avainasemassa nuorten opiskelijaurheilijoiden identiteetin rakentumisessa. Urheilun ja opiskelun yhdistäminen asettaa aikataulullisia haasteita, mutta tarjoaa mahdollisuuden onnistumisen kokemuksiin samanaikaisesti useammilla elämän osa-alueilla. Yksilön kehityksen näkökulmasta merkityksellistä on tarjota nuorille urheilijoille sellaista tukea ja puitteet, jotka mahdollistavat kokonaisvaltaisen ja tasapainoisen psykologisen kehityksen. Lisäksi huippu-urheilun kannalta on olennaista, että nuoret urheilijat pystyvät yhdistämään onnistuneesti opinnot ja urheilun, minkä seurauksena on mahdollista jatkaa

kilpauraa pidempään. Oikein kohdistettujen interventioiden kannalta on tärkeää ymmärtää paremmin yksilön opiskelu- ja urheiluorientaatiota sekä niihin vaikuttavia tekijöitä. Tässä tutkimuksessa havaitut identiteetti-profiilit voivat auttaa tukitoimien suunnittelussa ja niiden kohdentamisessa yksilöiden kannalta oleellisiin teemoihin. Myös käytännön kokemukseni urheilulukiolaisten parissa työskentelystä tukee tässä tutkimuksessa havaittujen identiteetti-profiilien olemassaoloa ja siltä pohjalta nostaisin esiin seuraavat asiat. Korkeat tavoitteet ja voimakas sitoutuminen sekä urheiluun että opiskeluun voivat näkyä nuorilla uupumuksena. Ajanhallintaan liittyvät taidot, realistiset tavoitteet sekä omien vaatimusten työstäminen voivat auttaa uupumuksen välttämiseksi. Jäsentymättömän identiteetin ryhmään kuuluvat puolestaan hyötyisivät omien tavoitteiden ja arvojen selkeyttämisestä. Yksilöille, joiden identiteetti on urheilijapainotteinen, olisi tärkeintä opiskelumotivaatiota ja -kykyä tukevat interventiot. Tutkimukseni tarjoamaa tietoa nuorten urheilijoiden identiteetistä ja siihen vaikuttavista tekijöistä tulisi huomioida tukipalveluissa suunniteltaessa.

Tämän tutkimuksen perusteella nuorten psykososiaaliseen kehitykseen ja siihen vaikuttaviin tekijöihin tulisi kiinnittää entistä enemmän huomiota harrastus- ja kilpaurheilutoimintaa suunniteltaessa, koska sillä on vaikutusta nuorten hyvinvointiin myös aikuisuudessa. Nykyisellään suomalainen valmentajakoulutus ei ota tarpeeksi huomioon psykologiseen kehitykseen ja psyykkiseen valmentautumiseen liittyviä tekijöitä, vaikka suurin osa valmentajista työskentelee nimenomaan lasten ja nuorten parissa. Nuoruusikä on kehityksellisesti kriittistä aikaa, jolloin nuoret kohtaavat lukuisia psyykkisiä, fyysisiä ja sosiaalisia muutoksia (Erikson, 1968). Urheilumaailmassa nuorten psyykinen kehitysvaihe ja mahdolliset häiriöt saattavat peittyä pärjäävyyden ja suorituskeskeisyyden alle. Valmentajien ja muiden nuorten kanssa toimivien on jatkossa pystyttävä paremmin vastaamaan niihin tarpeisiin ja haasteisiin, mitä tämä kehityksellinen vaihe kilpaurheilun kontekstissa asettaa. Vanhempien ja valmentajien tietoisuus nuoruusiän psykologisista kehitystehtävistä voi edesauttaa identiteetin kehitystä huippu-urheilun kontekstissa (Warriner & Lavalley, 2008).

Lisäksi olisi mielenkiintoista selvittää, mitkä muut taustatekijät vaikuttavat nuorten urheilijoiden identiteetin rakentumiseen ja kykyyn tasapainottaa näitä elämän osa-alueita. Esimerkiksi ympäristöllä ja perheen tuella on todettu olevan merkittävä vaikutus kaksoisuran tasapainottamisen onnistumisessa ja urheilullisen lahjakkuuden kehittymisessä (Christensen & Sorensen, 2009; Henriksen, Stambulova, & Roessler,

2010; Larsen, Alfermann, Henriksen & Christensen, 2013). Lisäksi joukkueovereiden ja valmentajien on todettu vahvistavan urheilijan roolia, kun taas vanhemmat vahvistavat merkitsevästi muita enemmän opiskelijan roolia (Marx ym., 2008). Jatkossa olisi mielenkiintoista selvittää, miten vanhempien ja valmentajien odotukset, asenteet sekä suhtautuminen opiskeluun ja urheiluun vaikuttavat nuorten kykyyn tasapainoilla näiden roolien välillä. Olisi myös mielenkiintoista tietää, miten kilpaurheilu vaikuttaa nuorten kehonkuvaan sekä millaisia haasteita tai erityispiirteitä se mahdollisesti asettaa nuoruusiän identiteetin kehitykselle. Toinen psykologisen hyvinvoinnin kannalta tärkeä kysymys on se, millaiset psyykkiset valmiudet ja yksilön ominaisuudet edesauttavat kaksoisuran onnistumista siten, ettei siitä aiheudu kohtuutonta kuormitustekijää nuorelle ja hänen kehitykselleen. Urheilijoiden kanssa työtä tekeviä ammattilaisia hyödyttäisi tutkimustieto siitä, millaiset käytännön toimet valmistavat nuoria parempaan elämänhallintaan jo ennen lukioikää. Toimivien interventioiden kehittäminen ja niiden vaikuttavuuden arvioiminen ovat myös merkittäviä haasteita jatkon kannalta.

Kaiken kaikkiaan tämä tutkimus antaa käsityksen siitä, millaisia kehityksellisiä haasteita kaksoisuralla olevat nuoret kohtaavat. Hyvinvointia tukevan tasapainon saavuttaminen opiskelun ja urheilun välillä ei tapahdu automaattisesti. Yhteiskunnalla on vastuu tarjota sellaiset puitteet, joissa tasapainoinen ja moniulotteinen identiteetin kehitys on mahdollista nuorille, jotka tähtäävät huipulle urheilussa. Erityisesti niille, jotka saavuttavat huipputasoa urheilussa, on tärkeää samanaikaisesti rakentaa identiteettiään myös muilla elämän osa-alueilla, sillä ammattiuran urheilussa päättyy huomattavasti ennen eläkeikää. Tästä syystä urheiluun ja opintoihin liittyvän urakehityksen tasapainottaminen mahdollisimman varhaisessa vaiheessa on ensiarvoisen tärkeää.

LÄHTEET

- Adler, P., & Adler, P. A. (1985). From idealism to pragmatic detachment: The academic performance of college athletes. *Sociology of Education*, 241-250.
- Adler, P. A., & Adler, P. (1991). *Backboards & Blackboards: College athletics and role engulfment*. Columbia University Press.
- Anttila, R., Eronen, S., Kallio, M., Kanninen, K., Kauppinen, L., Paavilainen, P., & Salo, S. (2005). *Persoona 2. Kehityopsykologia*. Helsinki: Edita.
- Brewer, B. W., Van Raalte, J. L., & Linder, D. E. (1993). Athletic identity: Hercules' muscles or Achilles heel?. *International journal of sport psychology*.
- Brewer, B. W., & Cornelius, A. E. (2001). Norms and factorial invariance of the Athletic Identity Measurement Scale. *Academic athletic journal*, 15, 103-113.
- Brown, C., Glastetter-Fender, C., & Shelton, M. (2000). Psychosocial Identity and Career Control in College Student-Athletes. *Journal of Vocational Behavior*, 56, 53-62.
- Cabrita, T., Rosado, A., Leite, T., & Sousa, P. (2014). Adaptation of the athletic identity measurement scale (AIMS-Plus) for the portuguese population. *Psicol. Reflex. Crit.*, 27, 29-37.
- Chen, S., Snyder, S., & Magner, M. (2010). The effects of sport participation on student-athletes' and non-athlete students' social life and identity. *Journal of Issues in Intercollegiate Athletics*, 3, 176-193.
- Christensen, M. & Sorensen, J. (2009). Sport or school? Dreams and dilemmas for talented young Danish football players. *European Physical Education Review*, 15, 115-133.
- Cosh, S. & Tully, P. (2014). "All I have to do is pass": A discursive analysis of student athletes' talk about prioritizing sport to the detriment of education to overcome stressors encountered in combining elite sport and tertiary education. *Psychology Of Sport And Exercise*, 15, 180-189.
- Cox, A. E., & Whaley, D. E. (2004). The influence of task value, expectancies for success, and identity on athletes' achievement behaviors. *Journal of Applied Sport Psychology*, 16, 103-117.
- Debois, N., Ledon, A., & Wylleman, P. (2015). A lifespan perspective on the dual career of elite male athletes. *Psychology Of Sport And Exercise*, 21, 15-26.

- Engström, C. (2011). *Dual career for student-athletes: A longitudinal study of adaptation during the first six months at the sport gymnasium in Sweden*. Master-thesis. Lund University, Department of Sport Psychology.
- Erikson, E. (1968). *Identity, youth, and crisis*. New York: W.W. Norton & Company.
- Erikson E. (1982). *The Life Cycle Completed*. New York: W.W. Norton & Company.
- Fadjukoff P. (2007). *Identity formation in adulthood*. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto, Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta.
- Grotevant, H. D. (1998). Adolescent development in family contexts. Teoksessa N. Eisenberg & N. Eisenberg (toim.), *Handbook of child psychology: Social, emotional, and personality development*, 5.painos (s. 1097–1149). New York: John Wiley & Sons.
- Gröhn, T. & Riihivuori, T. (2008). *Urheiluakatemioiden osana suomalaista huippu-urheilujärjestelmää – urheilun ja opiskelun yhdistäminen korkea-asteella*. Pro Gradu –tutkielma. Jyväskylän yliopisto, Liikuntatieteiden laitos.
- Henriksen, K., Stambulova, N., & Roessler, K. (2010). Holistic approach to athletic talent development environments: A successful sailing milieu. *Psychology Of Sport And Exercise*, 11, 212-222.
- Killeya-Jones, L. A. (2005). Identity structure, role discrepancy and psychological adjustment in male college student-athletes. *Journal of Sport Behavior*, 28, 167.
- Klimstra, T. A., Hale III, W. W., Raaijmakers, Q. A., Branje, S. J., & Meeus, W. H. (2010). Identity formation in adolescence: change or stability?. *Journal of Youth and Adolescence*, 39, 150-162.
- Kroger, J. (2007). *Identity development: Adolescence Through Adulthood*, 2.painos. California: Sage Publication, Thousand Oaks.
- Lally, P. (2007). Identity and athletic retirement: A prospective study. *Psychology Of Sport And Exercise*, 8, 85-99.
- Lally, P., & Kerr, G. (2005). The Career Planning, Athletic Identity, and Student Role Identity of Intercollegiate Student Athletes. *Research Quarterly For Exercise And Sport*, 76, 275-285.
- Lamont-Mills, A., & Christensen, S. A. (2006). Athletic identity and its relationship to sport participation levels. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 9, 472-478.
- Larsen, C. H., Alfermann, D., Henriksen, K., & Christensen, M. K. (2013). Successful talent development in soccer: The characteristics of the environment. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 2, 190.

- Lavallee, D. & Robinson, H. (2007). In pursuit of an identity: A qualitative exploration of retirement from women's artistic gymnastics. *Psychology Of Sport And Exercise*, 8, 119-141.
- Lämsä, J. (2014). Suomessa 1195 ammattiurheilijaa. Jyväskylä: Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus. [viitattu 14.2.2017]. Saatavissa: <http://www.sport.fi/uutiset/uutinen/suomessa-1195-ammattiurheilijaa>
- Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3, 551-558.
- Marcia J.E. (1980). Identity in adolescence. Teoksessa Adelson J., (toim.). *Handbook of adolescent psychology*. New York: Wiley.
- Marthinus, J. (2007). Psychological effects of retirement on elite athletes. Väitöskirja. Stellenbosch University, Sport Science.
- Marx, J., Huffmon, S., & Doyle, A. (2008). The student-athlete model and the socialization of intercollegiate athletes. *Athletic Insight*, 10.
- Meeus, W. (2011). The Study of Adolescent Identity Formation 2000-2010: A Review of Longitudinal Research. *Journal Of Research On Adolescence*, 21, 75-94.
- Meeus, W., Iedema, J., Helsen, M., & Vollebergh, W. (1999). Patterns of Adolescent Identity Development: Review of Literature and Longitudinal Analysis. *Developmental Review*, 19, 419-461.
- Miller, P. S., & Kerr, G. A. (2002). The Athletic, Academic and Social Experiences of Intercollegiate Student-Athletes. *Journal of Sport Behavior*, 25, 346-367.
- Miller, P. S., & Kerr, G. A. (2003). The role experimentation of intercollegiate student athletes. *The Sport Psychologist*, 17, 196-219.
- Murphy, G. M., Petitpas, A. J., & Brewer, B. W. (1996). Identity foreclosure, athletic identity, and career maturity in intercollegiate athletes. *Sport Psychologist*, 10, 239-246.
- Nummenmaa, L. (2009). *Käyttäytymistieteiden tilastolliset menetelmät*. (2. Painos). Helsinki: Tammi.
- O'Neill, M., Allen, B., & Calder, A. (2013). Pressures to perform: An interview study of Australian high performance school-age athletes' perceptions of balancing their school and sporting lives. *Performance Enhancement & Health*, 2, 87-93.
- Peiró-Velert, C., Valencia-Peris, A., Fos-Ros, V., & Devís-Devís, J. (2016). Identidad deportiva en adolescentes españoles: propiedades psicométricas de la versión en

- español de la escala Athletic Identity Measurement Scale-E. *Revista Latinoamericana De Psicología*, 48, 8-17.
- Petitpas, A. (1978). Identity foreclosure: A unique challenge. *Personnel and Guidance Journal*, 56, 55-561.
- Pop, E. I., Negru-Subtirica, O., Crocetti, E., Opre, A., & Meeus, W. (2016). On the interplay between academic achievement and educational identity: A longitudinal study. *Journal of adolescence*, 47, 135-144.
- Pummell, B., Harwood, C., & Lavalley, D. (2008). Jumping to the next level: A qualitative examination of within-career transition in adolescent event riders. *Psychology Of Sport And Exercise*, 9, 427-447.
- Ronkainen, N., Kavoura, A., & Ryba, T. (2015). A meta-study of athletic identity research in sport psychology: Current status and future directions. *International Review Of Sport And Exercise Psychology*, 9, 45-64.
- Ryba, T., Aunola, K., Kalaja, S., Selänne, H., Ronkainen, N., Nurmi, J., & Zourbanos, N. (2016a). A new perspective on adolescent athletes' transition into upper secondary school: A longitudinal mixed methods study protocol. *Cogent Psychology*, 3: 1142412.
- Ryba, T. V., Aunola, K., Ronkainen, N. J., Selänne, H., & Kalaja, S. (2016b). Urheilijoiden kaksoisuraan liittyvän tutkimuksen tämänhetkinen tilanne Suomessa. *Liikunta ja tiede*, 53, 88-95.
- Sharp, E., Coatsworth, J., Darling, N., Cumsille, P., & Ranieri, S. (2007). Gender differences in the self-defining activities and identity experiences of adolescents and emerging adults. *Journal Of Adolescence*, 30, 251-269.
- Silva, W., Ferrari, E., Medeiros, T., Freitas, K., Tkac, C., & Cardoso, F. (2016). "Athletic Identity Measurement Scale": Translation, Adaptation and Validation for Brazil. *Motriz: Revista De Educação Física*, 22, 42-47.
- Simons, H. D., Van Rheeën, D., & Covington, M. V. (1999). Academic motivation and the student athlete. *Journal of College Student Development*, 40, 151-162.
- Snyder, E. E., & Spreitzer, E. (1992). Social psychological concomitants of adolescents' role identities as scholars and athletes: A longitudinal analysis. *Youth and Society*, 23, 507.
- Stambulova, N., Engström, C., Franck, A., Linnér, L., & Lindahl, K. (2015). Searching for an optimal balance: Dual career experiences of Swedish adolescent athletes. *Psychology Of Sport And Exercise*, 21, 4-14.

- Sturm, J. E., Feltz, D. L., & Gilson, T. A. (2011). A comparison of athlete and student identity for Division I and Division III athletes. *Journal of Sport Behavior*, 34, 295-306.
- Virkkunen, K. (2015). *Sponsor Navigator tutkimus 2015: Jääkiekko edelleen ykkönen – Ampumahiihto ja Kaisa Mäkäräinen kärkisijoilla*. [viitattu 14.2.2017]. Saatavissa: <http://www.sponsorinsight.fi/sponsor-navigator-tutkimus-2015.html>
- von Eye, A., & Bogat, G. A. (2006). Person-oriented and variable-oriented research: Concepts, results, and development. *Merrill-Palmer Quarterly*, 52, 390-420.
- Warriner, K. & Lavalley, D. (2008). The Retirement Experiences of Elite Female Gymnasts: Self Identity and the Physical Self. *Journal Of Applied Sport Psychology*, 20, 301-317.
- Waterman, A. (2004). Finding Someone to Be: Studies on the Role of Intrinsic Motivation in Identity Formation. *Identity*, 4, 209-228.
- Wylleman, P. & Lavalley, D. (2004). A developmental perspective on transitions faced by athletes. Teoksessa M. R. Weiss (toim.), *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective* (s. 503–527). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Wylleman, P. Reints, A. & De Knop, P. (2013). A developmental and holistic perspective on athletic career development. Teoksessa P. Sotiariadou & V. De Bosscher (toim.), *Managing high performance sport*, (s. 159–182). New York: Routledge.
- Yrjölä, K. (2011). DUAL CAREER – Huippu-urheilun ja koulutuksen yhdistämisen vaikeudet sekä hyvät käytännöt talviurheilussa. Opinnäytetyö. Rovaniemen ammattikorkeakoulu. Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelma.
- Yukhymenko–Lescroart, M. A. (2014). Students and athletes? Development of the Academic and Athletic Identity Scale (AAIS). *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 3, 89-101.

Muut lähteet:

- Pääkaupunkiseudun urheiluakatemia vuosia kirja 2016 (28.4.2017). [viitattu: 08.5.2017]. Saatavissa:http://urhea-fi-bin.directo.fi/@Bin/5b2dda2103c00cbae5760ea23157c0e8/1494452290/application/pdf/610053/URHEA_Vuosikertomus2016_Nettiversio.pdf

- Suomen mitalit 2000-luvun kesäkisoista (10.8.2015). *Helsingin Sanomat*. [viitattu: 14.2.2017]. Saatavissa: <http://www.hs.fi/urheilu/art-2000002843967.html>.
- Urheilumuseo (2015). *Suomen mitalit kesäolympiakisoissa*. [viitattu 14.2.2017]. Saatavissa: <http://www.urheilumuseo.fi/Default.aspx?tabid=3742>
- Urheilumuseo (2015). *Suomen mitalin talviolympiakisoissa*. [viitattu 14.2.2017] Saatavissa: <http://www.urheilumuseo.fi/Default.aspx?tabid=3742>

Liite 1: Urheilumenestystä kuvaavat tasot.

1 = Alue- tai piirimestaruuskilpailut/ottelut

2 = Kansalliset kilpailut/ottelut

3 = Suomen mestaruuskilpailut (nuoret)

4 = Suomen mestaruuskilpailut (aikuiset)

5 = Muut kansainväliset kilpailut

6 = Euroopan nuorten olympiafestivaalit

7 = Euroopan mestaruuskilpailut (nuoret)

8 = Eurooppa cup/tour

9 = Euroopan mestaruuskilpailut (aikuiset)

10 = Universiadit

11 = Maailmanmestaruuskilpailut (nuoret)

12 = Maailman cup/World Cup, World Grand Prix, World Tour

13 = Maailmanmestaruuskilpailut (aikuiset)

14 = Nuorten Olympialaiset

15 = Olympialaiset